

Univerzita Karlova v Praze

Pedagogická fakulta

Katedra pedagogiky

## BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Internet, sociální sítě a rizika s nimi spojená pro děti staršího školního věku

The internet, social networks and the risks associated with them for older  
school aged children

Kateřina Menclová

Vedoucí práce: Ing. Bc. Alena Váchová, Ph.D.

Studijní program: Specializace v pedagogice

Studijní obor: B BI-VZ

Odevzdáním této bakalářské práce na téma Internet, sociální sítě a rizika s nimi spojená pro děti staršího školního věku potvrzuji, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 30. 4. 2020

Děkuji vedoucí práce Ing. Bc. Aleně Váchové, Ph.D. za odborné vedení této bakalářské práce, za všechny cenné rady, trpělivost a vstřícnost.

## **ABSTRAKT**

Bakalářská práce na téma Internet, sociální sítě a rizika s nimi spojená pro děti staršího školního věku se zabývá informačními a komunikačními technologiemi, riziky s nimi spojenými, prevencí rizikových jevů a zásadami bezpečného chování u dětí staršího školního věku. Teoretická část se věnuje vysvětlení pojmů, které souvisí sociálními sítěmi, popisuje negativními jevy na internetu pro děti a zabývá se prevencí, obranou a pomocí v souvislosti s negativními jevy na internetu z pohledu dítěte, rodiče i učitele. Výzkumnou část tvoří vlastní kvantitativní výzkum. Jako výzkumný nástroj bylo zvoleno dotazníkové šetření na nižším gymnáziu v Roudnici nad Labem. Cílem výzkumu bylo zanalyzovat chování dětí nižšího gymnázia ve spojitosti s informačními a komunikačními technologiemi. Dílčími cíli je zjistit jaká je rodičovská kontrola žáků, jaké sociální sítě používají nejvíce a k jakým aktivitám sociální sítě používají, kolik času na internetu každý den stráví a zda si jsou vědomi rizik internetu. Výsledky výzkumu ukázaly, že rodičovská kontrola žáků nižšího gymnázia je nízká, že žáci nejvíce používají Instagram a WhatsApp a že na internetu průměrně každý den stráví 1 až 2 hodiny času. Podle výzkumu si žáci jsou vědomi rizik na internetu, ale informace nemají ustálené. Práce tedy zobrazuje, jak se chovají žáci nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem na internetu a sociálních sítích a jaký k informačním a komunikačním technologiím mají přístup. Práce zároveň poukazuje na nutnost edukace nejen žáků, ale i rodičů nebo učitelů ohledně tohoto tématu.

## **KLÍČOVÁ SLOVA**

internet, prevence, rizikové chování, sociální sítě

## **ABSTRACT**

The bachelor's work the Internet, social networks and the risks associated for children of older school age dealing with information and communication technologies, with the connected risks and the prevention them and the principles of safe behaviour in online environment. The theoretical part look into explaining concepts that relate to social networks, describes negative phenomena of the internet for children, and deals with prevention, protection and assistance in relation to the negative Internet influence from the perspective of the child, parent, and teacher. The research section consists of quantitative research. An investigation questionnaire at a lower grammar school in Roudnice nad Labem was chosen as a research tool. The aim of the research was to analyse the behaviour of children of the selected school in the context of

information and communication technologies. The sub-objectives are to find out what parental control pupils have, what social networks they use the most and for what activities, how much time they spend online every day and whether they are aware of the risks of the internet. Research results have shown that parental control is low, the pupils use Instagram and WhatsApp the most, and on average they spend 1 to 2 hours of time online every day. According to the research, pupils are aware of the risks online, but the information is not consistent. The bachelor work discovered how pupils at the grammar school in Roudnice nad Labem behave on the internet and social networks, and what attitude they have to information and communication technology. At the same time, the work highlights the need to educate not only pupils but also parents or teachers on the subject.

## **KEYWORDS**

Internet, prevention, risk behavior, social networks

# Obsah

Úvod .....	7
1 Informační a komunikační technologie .....	8
1.1 Internet .....	8
1.2 Sociální sítě.....	9
1.2.1 Facebook.....	9
1.2.2 Instagram .....	12
1.2.3 Twitter .....	14
1.2.4 Snapchat .....	14
1.2.5 Youtube .....	14
1.2.6 Tiktok .....	15
2 Děti staršího školního věku a rizika internetu .....	15
2.1 Negativní jevy na internetu pro děti .....	17
2.1.1 Netolismus.....	18
2.1.2 Odkrývání soukromí na internetu.....	23
2.1.3 Kyberšikana .....	24
2.1.4 Kyberstalking .....	26
2.1.5 Kybergrooming.....	27
2.1.6 Happy slapping.....	27
2.1.7 Flaming.....	28
2.1.8 Sexting a zneužívání dětí na internetu .....	28
2.1.9 Internetové výzvy .....	29
2.2 Prevence, obrana a pomoc .....	31
2.2.1 Ze strany rodičů .....	31
2.2.2 Ze strany dítěte .....	33

2.2.3	Ze strany učitele.....	36
2.2.4	Kam se obrátit? .....	37
3	Výzkumné šetření .....	39
3.1	Cíle výzkumu, výzkumné otázky a předpoklady .....	39
3.2	Metoda výzkumu .....	43
3.3	Výzkumný vzorek.....	44
3.4	Vyhodnocení a popis výsledků dotazníkového šetření.....	45
3.5	Diskuze .....	64
3.6	Komparace dat .....	69
3.6.1	Komparace vybraných dat mezi třídami.....	69
3.6.2	Komparace dat u vybraných dotazníků .....	74
3.7	Doporučení.....	75
	Závěr.....	77
	Seznam použitých informačních zdrojů .....	78
	Seznam příloh .....	91

## Úvod

Informační a komunikační technologie jsou nedílnou součástí dnešní moderní doby a životů nás všech. Informační a komunikační technologie mají nespočet výhod, které každému z nás usnadňují život a jsou všude kolem nás. Ačkoliv mají nespočet benefitů, souvisí s nimi i spousta rizik. A právě riziky a celkově chováním dětí staršího školního věku se bude zabývat tato bakalářská práce na téma Internet, sociální sítě a rizika s nimi spojená pro děti staršího školního věku.

Děti právě v tomto věku jsou velice zranitelné, jelikož jsou ještě naivní, ale zároveň už mají vlastní rozum. Děti v tomto věku začínají pomalu dospívat, dochází k hormonálním změnám a ve spojitosti s tím i k výkyvům nálad atp. Proto je velice žádoucí, aby děti znaly zásady bezpečného chování na internetu, řídily se jimi a aby rodiče a učitelé věděli, jak s dětmi o takových věcech mluvit. Touto problematikou se práce zabývá v teoretické části. V teoretické části jsou také podrobně rozebrány a popsány konkrétní jevy týkající se internetu, sociálních sítí a negativních jevů na internetu. Součástí práce je i shrnující kapitola věnovaná kontaktům, na které se lze obrátit v případě jakékoliv nouze či trápení ve spojitosti s negativními jevy na internetu.

To, jak se děti na internetu chovají, jaké sociální sítě používají, zda umí kontrolovat strávený čas na internetu, zda se setkaly s kyberšikanou, zda rodiče jejich sociální sítě kontrolují, zda radši komunikují přes internet než osobně, zda věří reklamám slavných influencerů na sociálních sítích atp., je předmětem výzkumné části bakalářské práce. Hlavním cílem práce je zjistit chování dětí ve spojitosti s informačními a komunikačními technologiemi. Konkrétní výzkum se bude zabývat žáky nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem. Výzkumná část bakalářské práce obsahuje pro zajímavost i porovnání konkrétních jevů mezi jednotlivými třídami a otázkou je, zda se některé jevy zlepšují nebo zhoršují společně s věkem. Veškeré výsledky budou následně poskytnuty řediteli Gymnázia v Roudnici nad Labem.



## **1 Informační a komunikační technologie**

Propojení každodenního života s informačními a komunikačními technologiemi je fenoménem dnešní doby. Tento jev způsobil spousty změn v životech rodin i jednotlivců a dnešní společnost je nazývána jako tzv. informační společnost (Ševčíková, 2014).

Děti se již rodí do společnosti, kde jsou zařízení jako notebooky, počítače, mobily, smartphony, tablety, různé herní konzole atp. naprosto běžnou součástí života. Děti neznají svět bez informačních a komunikačních technologií a neustálé připojení k internetu je pro ně naprosto běžnou záležitostí (Šmahel, 2014).

I přestože informační a komunikační technologie mají spoustu výhod, např. rozvoj prostorového vnímání, vyhledávání a okamžitou dostupnost informací, nápomoc při učení a vzdělávání, komunikace, rozvoj některých dovedností (Mlčoch, 2012). Samotné sociální sítě mají výhodu v tom, že díky nim lidé mohou nejen získávat nové kontakty a navazovat nová přátelství, ale i překonávat společenskou izolaci. Sociální sítě plní také účel zábavy nebo poučení (Centrum prevence rizikové virtuální komunikace, 2015). Riziky a negativními jevy internetu a sociálních sítí se práce bude zabývat níže.

### **1.1 Internet**

Slovo internet vzniklo spojením slova inter (jinak mezi, vyjadřuje propojení) a net (jinak síť) (Arnošt, nedatováno).

Internet je v dnešní době nedílnou součástí lidských životů. Jedná se o celosvětovou síť, která je decentralizovaná, tudíž je odolná vůči výpadku. Využívá se hlavně pro posílání a sdílení dat, komunikaci, webové stránky atp. (Internet, nedatováno). Je to celosvětový systém počítačových sítí, které jsou navzájem propojeny pomocí tzv. síťových uzlů. Uzlem je například počítač nebo router. Aby internet fungoval tak, jak má, a přenos informací a dat probíhal bez potíží, internet potřebuje TCP/IP protokoly (Jak na internet, nedatováno).

V dnešní době je internet také velice důležitý pro svět marketingu. Využívá se nejen pro reklamu, ale také pro zjišťování potřeb a požadavků zákazníků. Díky tomu je firma

schopna zákazníkovi nabídnout určitý produkt a to jí přináší zisk. Díky mobilním telefonům a smartphonům se internetový marketing rozšiřuje a nazývá se online marketing (Internet, nedatováno).

## **1.2 Sociální sítě**

Obecná definice sociální sítě je místo, kde se lidé mohou setkat, sdílet zážitky a obsah. Dělí se na tři skupiny. První z nich je skupina sociálních sítí klasických, jako je Facebook, Instagram, Twitter atp., kde si člověk vytváří svůj vlastní osobní profil. Do další skupiny patří například diskuze, blogy, seznamky atp. Jedná se o portály, kde uživatel zanechává jakousi digitální stopu a tu mohou najít a vidět i ostatní uživatelé. A poslední skupinou je internet obecně, kde člověk je konzumentem, ale i tvořitelem obsahu (Máca, 2014). Následující podkapitoly se budou zabývat běžnými a světově známými sociálními sítěmi Facebookem, Instagramem, Twitterem, Snapchatem, Youtubem a Tiktokem.

### **1.2.1 Facebook**

Facebook je sociální síť, kde lidé spolu mohou navzájem komunikovat, sdílet fotografie a videa, hrát hry a tak podobně (Příspěvatelé Wikipedie, 2020a). Lidé se navzájem přidávají do přátel.

Facebook byl založen v roce 2004 Markem Zuckerbergem, který momentálně zastává funkci generálního ředitele a předsedy společnosti. Zuckerberg Facebook založil společně s Eduardem Severinem a Dustinem Moskovitzem. Oba v té době byli studenti na Harvardově univerzitě a tento systém měl zpočátku sloužit zejména harvardským studentům pod doménou [www.thefacebook.com](http://www.thefacebook.com). Během krátké doby se ale systém rozšířil i do dalších univerzit, mezi které patřily univerzity Stanford, Columbia a Yale. Již v prosinci 2004 měla tato sociální síť 1 milion aktivních uživatelů. V září roku 2005 společnost z názvu vyškrtla „the“ a stává se z něj Facebook. V říjnu roku 2005 Facebook mohli začít využívat i studenti dalších vybraných zahraničních univerzit. U nás například byla mezi prvními vysokými školami Masarykova univerzita v Brně. V prosinci roku 2005 má Facebook 6 milionů uživatelů. V roce 2006, konkrétně v dubnu Facebook představil

svoji první mobilní verzi. V září téhož roku Facebook umožnil, aby ho mohl využívat každý, kdo je starší 13 let, a v prosinci Facebook dosáhl hranice 10 milionů uživatelů.

V dalším roce přišel obrovský boom a Facebook během jednoho roku získal dalších 48 milionů aktivních lidí a během dalších třech let, tedy v dubnu 2010 dosáhl hranice 500 milionů uživatelů. Ale ani toto číslo pro Facebook nebylo zdaleka konečné, protože v říjnu 2012 přesáhl miliardu aktivních uživatelů (Company Info, nedatováno).

Společnost Facebook v roce 2010 koupila dnes už velice známou firmu a aplikaci Instagram, v té době za pouhou 1 miliardu dolarů (Svoboda, 2012). V roce 2014 Facebook koupil aplikaci WhatsApp za 19 milionů dolarů (Martinů, 2018). Tyto 4 aplikace (Facebook, Messenger, WhatsApp a Instagram) podle odhadů firmy dennodenně používá 2,1 miliardy uživatelů na celém světě (ČTK, 2019).

Messenger je přídatná aplikace Facebooku vytvořená pouze pro chatování a volání si, nikoliv ke sdílení fotografií atp., která byla vydána pro mobilní užívání v roce 2011 (Příspěvatelé Wikipedie, 2020b). Messenger uživatelům umožňuje zakládat soukromé chaty nebo i skupiny pro několik členů mezi přáteli či rodinou, kde můžete společně hrát hry, chatovat, posílat si fotografie a videa, domlouvat si schůzky nebo pořádat společné videohovory i vytváření anket, událostí, sdílení polohy. Messenger dále umožňuje i posílání různých emotikonů, tzv. gifů a samolepek a spoustu dalšího. Dále lze pořizovat fotografie přímo v messengeru a ihned je odeslat. Na fotografie lze použít spoustu filtrů, které by fotografie měly udělat zábavnějšími. Další pokrokovou funkcí Messengeru je posílání hlasových zpráv místo textu, což by mělo komunikaci zjednodušit a urychlit. Dále Messenger umožňuje i zaslání peněz mezi sebou prostřednictvím služby Paypal (Messenger, © 2019). Paypal je služba, která umožňuje posílání plateb všem soukromým osobám nebo firmám bezpečně, rychle, pohodlně a bez zbytečných nákladů (O nás, nedatováno).

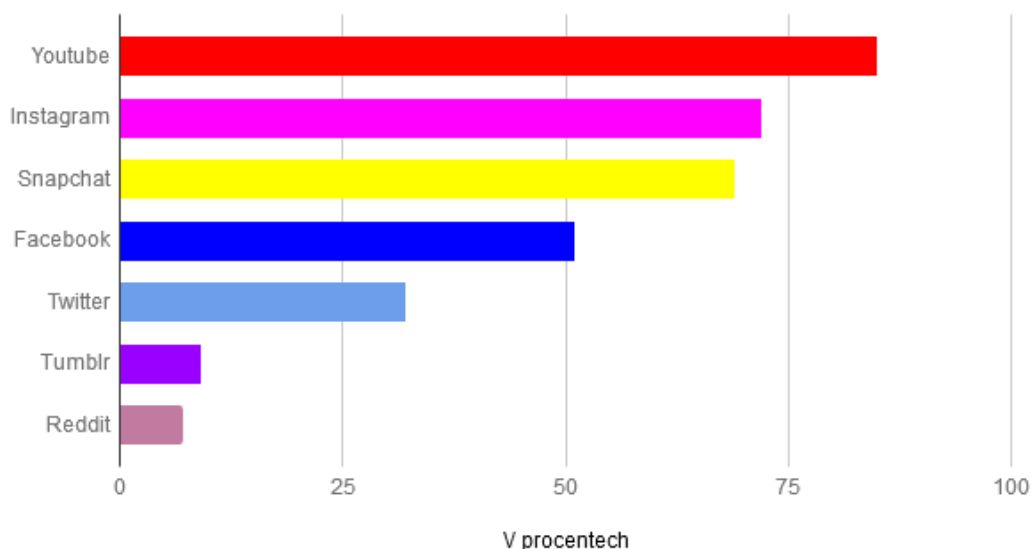
I přestože je Facebook bez debat jedna z nejúspěšnějších firem na světě, potýkala se a potýká se s problémy. Například v roce 2011 se Mark Zuckerberg dostal do sporu s dvojčaty Cameron a Tyler Winklevossovými, kteří tvrdili, že jim Zuckerberg ukradl nápad. Nakonec ale dvojčata musela souhlasit se soudním vyrovnáním v řádech desítek milionů dolarů a spor vyhrál Zuckerberg (Tinl, 2011). O tomto sporu a celkově době, kdy

Facebook vznikl, existuje filmová adaptace z roku 2010 s názvem Sociální síť, v originále nazvaná The Social Network (Sociální síť, nedatováno). Další spor, kterému Facebook musel čelit, byl kvůli údajnému úniku osobních dat uživatelů, která se dostala do rukou společnosti Cambridge Analytica, která spolupracovala se štábem Donalda Trumpa při jeho prezidentské kampani (Skandál okolo Facebooku a Cambridge Analytica nekončí. Vyšetřovatelé získali citlivou komunikaci, 2018).

Poslední dostupné údaje o uživatelích Facebooku v České republice pochází z května roku 2018. Statistika říká, že Facebook v ČR každý měsíc otevře 5,2 milionů uživatelů a z toho se přihlásí každý den více než 4 miliony Čechů, což je cca 77 %. Co se týče mobilních telefonů nebo tabletů, tak ty jsou pro Facebook a jeho statistiky poměrně zásadní. Jenom v ČR se každý měsíc na Facebook přes mobilní telefon přihlásí více než 4,4 miliony uživatelů a z toho více než 3,5 miliony uživatelů každý den, což je cca 85 % uživatelů (Hušková, 2018).

V červnu roku 2018 proběhl v USA, konkrétně v centru Pew, výzkum mezi teenagery o tom, jaké sociální sítě nejvíce používají. Tato data ukazují, že Facebook používá čím dál méně mladých lidí, protože se umístil na 4. místě za Youtube, Instagramem a Snapchatem. Podle studie používá Facebook jen polovina dotázaných teenagerů. Dále se ze studie

### Které sociální sítě využíváte?



Obrázek 1: Které sociální sítě využíváte? (HEGEDŮŠ, 2018)

dozvídáme, že více používají Facebook děti z chudších rodin. To ale neznamená, že by teenageři z bohatších rodin nepoužívali internet. Celkově má 95 % amerických teenagerů chytrý telefon a denně nebo téměř neustále je online zhruba polovina z nich. Pro bohatší teenagery je podle studie atraktivnější sociální síť Instagram, protože je modernější a více trendy. (Hegedůš, 2018)

### **1.2.2 Instagram**

Instagram je jedna z nejpopulárnějších sociálních sítí současnosti. Jeho hlavní funkcí je sdílení vlastních fotografií a videí a sledování příspěvků ostatních uživatelů. Formát nahrávaných médií je pro Instagram specifický, protože jako první přišel s fotografiemi oříznutými do čtverce (Příspěvatelé Wikipedie, 2020c).

Pro Instagram je typický tzv. hashtag, což je znak „#“ a za ním nějaké konkrétní slovo či slovní spojení, která se píšou většinou bez diakritiky. Slouží k označení klíčových frází nebo slov, jež popisují konkrétní jevy na fotografiích či videích. Pod těmito hesly se dají fotografie dohledat (Hashtag, 2017).

Uživatelé si dávají tzv. follow, v češtině sledování, aby se jim zobrazovaly příspěvky daného účtu. Nově od roku 2016 Instagram zavedl i novou funkci „Stories“. Uživatelé mohou sdílet fotografie či krátká patnáctisekundová videa pouze na 24 hodin a nemají ji stále uloženou na hlavní stránce svého profilu. Stories lze v dnešní době vylepšit různými filtry, písničkami a jejich texty, emotikony, tzv. gify atp. (Instagram Stories, nedatováno). Instagram tento nápad se Stories převzal od konkurenční sociální sítě Snapchat (Vaculík, 2018). Instagram svá Stories ale vylepšil a zavedl v prosinci 2017 funkci Story Highlights, a to znamená, že fotografie či videa nahraná na Stories se dají uložit do různých seznamů na profilu uživatele pod různými názvy. Všechna nahraná Stories se vždy po uplynutí 24 hodin automaticky ukládají do archivu, odkud je uživatel může zpětně uložit právě do výše zmíněných Story Highlights. U každého Story v archivu je uvedeno datum, kdy bylo Story pořízeno a nahráno (Vypíchněte na Instagramu ty nejlepší příběhy, na které se všichni budou dívat, 2019).

V prosinci roku 2018 Instagram spustil další novinku a tou je funkce Blízcí přátelé. To znamená, že každý uživatel si může vytvořit seznam svých přátel, pro které může sdílet Stories tak, aby to ostatní, tedy ti, co na seznamu nejsou, neviděli (Vaculík, 2018).

Na Instagramu mohou uživatelé mimo nahrávání fotografií a videí do „feedu“ a na Stories také společně chatovat, vytvářet skupiny, zasílat si fotografie a videa a sdílet různé příspěvky v tzv. Directu, což je místo pro soukromý kontakt mezi uživateli (Instagram pro začátečníky? Máme tu návod pro Instagram, pokud ho postrádáte, nedatováno). Tady Instagram umožňuje od června 2018 ostatním uživatelům vidět, zda jste zrovna on-line nebo kdy jste byli on-line naposledy. Tato funkce se dá vypnout v nastavení, tím ale uživatel přichází o sledování on-line stavů ostatních uživatelů (Instagram informuje, zda jste online a kdy jste byli naposledy. Vypněte si to, pokud máte v oblíbě soukromí, 2018).

Instagram společně založili Kevin Systrom a Mike Krieger a poprvé ho uvedli na trh, konkrétně na AppStore, 6. října 2010. Aplikace nedlouho potom, co byla vydána, získala přes 1 milion uživatelů. Hashtagy byly přidány až v roce 2011 kvůli zlepšení orientace a vyhledávání v ohromném množství nahraných příspěvků (Ptáček, 2015). Popularita Instagramu neustále rostla a když dosáhl hranice 5 milionů uživatelů, bylo na něm nahráno přes 150 milionů příspěvků. V den, kdy se Instagram stal přístupným i pro mobilní telefony s operačním systémem Android, Instagram zaznamenal přes milion nových uživatelů. O Instagram začal pro jeho velký úspěch projevovat zájem výše zmíněný zakladatel Facebooku Mark Zuckerberg v roce 2012. Již v dubnu 2012 se koupě podařila za 1 miliardu dolarů (Jak vznikl Instagram od nuly až k Facebooku, nedatováno).

Hodnota Instagramu se momentálně odhaduje na více než 35 miliard dolarů (Ptáček, 2015). Podle dostupných informací z roku 2018 je možné oslovit až 2,1 miliony uživatelů starších 13 let a 1,8 milion uživatelů starších 18 let, z toho tvoří 54 % ženy. Instagram proto využívají nejen běžní uživatelé, ale i spousta známých osobností a firem ve všech možných oborech jako jsou beauty, food, fashion atp. (Nejnovější čísla pro Facebook a Instagram v ČR, 2018).

### **1.2.3 Twitter**

Twitter je sociální síť, která byla založena v březnu 2006 (Příspěvatelé Wikipedie, 2020d). Uživatelé zde mohou sdílet texty o maximální délce 140 znaků, jedná se o tzv. mikroblovování. Jednotlivé příspěvky, kterými uživatelé přispívají na Twitter, se jmenují „tweets“. Přístup k příspěvkům daného uživatele mají buď všichni nebo pouze daní přátelé. Tyto tweets se uživatelům zobrazují na jejich hlavní stránce, tzv. homepage. Sledovatelé daného účtu se nazývají followeři. Nechybí zde ani hashtagy, které zde plní stejnou funkci jako u Instagramu, ale místo vyhledávání fotografií uživatelé Twitteru vyhledávají různé tweets na různá témata.

Uživatelé mohou navzájem svoje tweets komentovat, „lajkovat“, vzájemně se v nich označovat pomocí znaku @ a také mohou své tweets navzájem sdílet, tzv. retweetovat (Handl, 2009).

### **1.2.4 Snapchat**

Snapchat byl uveden na trh v roce 2011 a je jednou z dalších známých sociálních sítí (Snapchat, nedatováno). Jedná se o aplikaci, kde si jednotliví uživatelé mohou posílat fotografie a videa mezi sebou, tzv. snapy. Doba, kdy se osoba může na doručený „snap“ dívat, je omezená na 10 vteřin a může se podívat maximálně 2x a poté se mu fotka vymaže (Snapchat: Jak funguje a v čem se liší od jiných sociálních sítí? 2016).

### **1.2.5 Youtube**

Youtube je internetová platforma, která slouží ke sdílení a sledování videí online. Youtube byl založen v roce 2005 a odkoupen v roce 2006 společností Google. Každý den Youtube využívají cca 2 miliardy lidí a je tak jedním z nejnavštěvovanějších portálů na světě (Voců, 2011).

Lidé, kteří na Youtube nahrávají vlastní videa s různou tematikou a mají velkou základnu sledovatelů, se nazývají Youtubeři. Někteří Youtubeři jsou dokonce úspěšní natolik, že se díky této činnosti dokáží uživit a stávají se celebrity (Co je to Youtube, nedatováno).

### **1.2.6 Tiktok**

Tiktok je sociální síť, na kterou její uživatelé nahrávají krátká videa trvající 15 sekund. Videa tam jsou energická, rychlá, poutavá a lze je vylepšit různými efekty a filtry. Text zde téměř chybí. Každé video je ale označeno hashtagy, pod kterými lze video nalézt.

Tato aplikace cílí zejména na mladistvé, kterým je okolo 15 let, ale i přes nejnížší věkovou hranici 13 let, Tiktok používají i mladší uživatelé ve věku 11 až 12 let. S touto aplikací se pojí spousta rizik. Můžeme zde najít celou škálu videí počínaje roztomilými zvířátky až po videa se sexuální tematikou. Zejména pornografických videí je zde přehršel, ale najdeme zde i videa zobrazující sebepoškozování, bodyshaming atp. Dalším fenoménem této služby jsou různé typy výzev, které mají být hlavně zábavné, často jsou ale i nebezpečné (Kopecký, 2019a).

U Tiktoku je specifické to, že si uživatelé nemusí vytvářet účet a sledovat jiné účty, aby viděl nějaký obsah. Po zapnutí aplikace Tiktok nabízí nespočet videí ihned. Účet si uživatelé musí vytvořit až ve chvíli, kdy sami chtějí vytvářet obsah a nahrávat videa. Podobně jako u Youtube jsou ti nejlepší tvůrci videí známí youtubeři, tak i Tiktok má své hvězdy, které se proslavily právě díky této online službě. Tiktok je také hojně využíván pro marketing, reklamu a různé kampaně (Vokoun, 2019).

## **2 Děti staršího školního věku a rizika internetu**

Starší školní věk začíná okolo 11 až 12 let a trvá do cca 15 let, tedy do ukončení povinné školní docházky. Jedná se tedy o období 2. stupně na základních školách nebo období nižšího gymnázia. V tomto období probíhá tzv. první fáze dospívání, kdy se děti mění a vyvíjí nejen po tělesné stránce, ale dochází ke změnám i v psychické oblasti (Vágnerová, 2012).

Toto období se většinou nazývá jako období bouře a krize. Vyznačuje se zvýšenou senzibilitou a emoční labilitou. Typická je impulzivita, přecitlivělost a změny nálad. Dospívající, kteří procházejí tímto obdobím, často nerozumí tomu, co se s nimi děje. To se může projevit zvýšenou úzkostností a uzavíráním se do sebe (Langmeier a Krejčířová,



2006). Celkově u jedinců v tomto období často převládají negativní emoce jako vztek, neklid, rozmrzelost. Může docházet až k apatii nebo pocitům deprese (Říčan, 2006).

U dětí se rizika internetu rozděluje do 4 kategorií – rizika komerční, agresivní, sexuální nebo hodnotová ve třech různých souvislostech, kdy dítě je příjemce, účastník nebo „pachatel“. U rizika komerce je dítě jako příjemce ovlivňováno reklamou, nabádáním k poskytování peněžní podpory nebo spamem. Dítě jako účastník je zde ohroženo získáváním a uchováváním jeho osobních údajů a dat. Jako „pachatel“ se dítě může dopustit online gamblingu, nelegálního stahování dat atp. U rizika násilí je dítě jako příjemce ohroženo nenávistným či děsivým obsahem nebo zobrazováním násilí. Dítě jako účastník se může stát obětí kyberšikany, online stalkingu nebo obtěžování. Jako „pachatel“ se dítě může dopustit kyberšikany, stalkingu nebo obtěžování. U rizika sexuality je pro dítě jako příjemce hrozbou pornografie a další sexuálně ubližující obsah. Dítě jako účastník je v riziku zejména kvůli setkávání se s neznámými lidmi z internetu naživo a kvůli jeho sexuálnímu zneužívání. Dítě se může jako „pachatel“ dopustit vytváření a nahrávání pornografických fotek nebo videí online (Ševčíková, 2014).

U rizika hodnot se u dítěte jako příjemce můžeme setkat s rasistickými nebo nějak zkreslenými či zavádějícími informacemi či radami, co se týče například drog. Dítě jako účastník se může stát obětí přesvědčování a manipulace druhých online cestou k sebepoškození. Dítě jako „pachatel“ se může dopustit poskytování různých navádějících a nevyžádaných rad zejména v oblasti hubnutí nebo sebevraždy (Livingstone a Haddon, 2009).

To, jak dítě dokáže rozpoznávat rizika a je vůči nim odolné, zohledňuje Bronfenbrennerův ekologický model. Je to obecný model pro analýzu rizik, zohledňující různou míru vlivů působící na jedince, jeho psychosociální vývoj a již získané zkušenosti s riziky. Nejužší úroveň Bronfenbrennerova modelu tvoří individuální faktory, které jsou náchylnější nebo odolnější vůči rizikům a jejich nežádoucím účinkům psychosociální charakteristiky daného jedince. Další úroveň modelu je mikrosystém, tedy nejbližší sociální prostředí dítěte. To je rodina, škola nebo přátelé. Poslední úroveň je makrosystém, tedy sociální prostředí obecně - kultura, zvyky, názory, dostupné příležitosti atp. (Bronfenbrenner, 1994).

Další poměrně zásadní roli pro dítě a jeho ochranu před riziky internetu hraje například to, jak blízké okolí dítěte (rodiče, škola) hlídá a koriguje jeho přístup na internet, zda kontroluje, kolik času tráví na internetu a jakým aktivitám se na něm dítě věnuje (Ševčíková, 2014).

Je nutné zohlednit to, že rizika internetu nejsou odděleným a izolovaným problémem, ale že se jedná o problém v rámci kontextu. Protože na rizika pro dítě má vliv i chování jeho okolí na internetu, socioekonomická situace, dostupnost technologií, právní a vzdělávací systém, kultura a to se u každého jedince liší (Livingstone et. al., 2011).

## **2.1 Negativní jevy na internetu pro děti**

Internet a sociální sítě mají sice spoustu výhod, ale s jejich používáním vyvstává i spousta rizik. Riziko chápeme jako výskyt nějakého negativního jevu, který je důsledkem určitého jednání či vystavení se určité situaci (Hansson, 2010).

Mezi zásadní rizika internetu pro děti patří netolismus, odkrývání soukromí na internetu, kyberšikana, kybergrooming, kyberstalking, happy slapping, flaming, sexting, hrozba sexuálních predátorů atp. Děti se ale na internetu mohou setkat i s následujícími negativními jevy:

- Hoaxy jsou tzv. nepravdivé, falešné, řetězové a poplašné zprávy. Uživatelé si ji panicky přeposílají mezi sebou. Cílem je, aby se zpráva dostala k co největšímu počtu lidí. Poplašné zprávy jako zdroj původu často využívají jmen velkých a známých firem, což zprávě dodává na důvěryhodnosti.
- Phishing je forma útoku pomocí podvodných e-mailů. Útočník usiluje o získání osobních údajů od uživatele, tím, že ho zmate (např. pošle podvodný e-mail, který vypadá úplně stejně jako od poskytovatele služby). Phishing je typický zejména pro internetové bankovníctví.
- Spam je nevyžádaná, hromadná pošta. Většinou se jedná o reklamní e-maily (Král, 2015).

Jako jedno z rizik internetu a používání technologií pro děti je netolismus, kterým se zabývá následující kapitola.

### 2.1.1 Netolismus

Jako netolismus se označuje závislost na tzv. virtuálních drogách (počítačové hry, sociální sítě, internet, online videa, mobilní telefony, TV atp.).

Netolismus není zapsán v Mezinárodní klasifikaci nemocí (MKN 10), protože se nejedná o závislost v pravém slova smyslu. Definice závislosti se vztahuje pouze na substance, jako jsou drogy, alkohol, tabák a podobné vnitřně užívané látky. Zjednodušená definice závislosti podle MKN 10 je „*Soubor behaviorálních, kognitivních a fyziologických stavů, který se vyvíjí po opakovaném užití substance a který typicky zahrnuje silné přání užít drogu, porušené ovládání při jejím užívání, přetrvávající užívání této drogy i přes škodlivé následky.*“ Mezi závislosti podle MKN 10 se ale řadí i patologické hráčství (gamblerství), které se dá provozovat i online (Mezinárodní statistická klasifikace nemocí a přidružených zdravotních problémů, 2019).

Další závislosti, které nejsou zařazeny jako závislosti v MKN 10, jsou například závislost na práci, hraní počítačových her, patologické nakupování atp. Všechny tyto závislosti ale spojují společné znaky.

Mezi znaky drogové závislosti patří silné nutkání užívat látku, zhoršené sebeovládání, pokud jde o množství, ukončení nebo dobu užívání látky. Dalším znakem je odvykací stav, kdy daný jedinec po vysazení látky vykazuje abstinenční příznaky. Růst tolerance jedince vůči dané látce, to znamená, že k dosažení stejného účinku je zapotřebí vyšší dávky látky. Jedním ze znaků závislosti je zanedbávání zájmů, potěšení a v horších případech i například hygieny ve prospěch dané látky. Posledním znakem je pokračování v užívání látky i přes jasný důkaz škodlivých účinků. Jedinec musí vykazovat nejméně tři znaky během jednoho roku, aby byl považován za závislého (Nešpor, 2007). I přestože výše uvedené znaky popisují drogovou závislost, daly by se aplikovat i na závislost na internetu. Daný jedinec může mít silné nutkání se připojit, může mít zhoršené sebeovládání, co se týče času stráveného na internetu a mít problémy s jeho vypnutím. Dále jedinec také může vykazovat abstinenční příznaky, pokud není připojen. Zvyšování tolerance je také možné, protože se čas strávený na internetu může neustále prodlužovat. Zanedbávání zájmů a pokračování v trávení času online, i přestože daný jedinec ví, že je to škodlivé, je

nezpochybnitelně možné aplikovat i pro závislost na internetu. Pro děti a netolismus jako takový jsou podle Žufníčka, 2015 typické následující znaky:

- jedinec vykonává méně práce,
- jedinec trpí pocitem prázdnoty, když zrovna není u počítače,
- jedinec ztrácí kontrolu nad časem, který stráví u počítače,
- jedinec kvůli počítači brzo vstává nebo u počítače sedí dlouho do noci,
- pokud jedinec nemá přístup k počítači delší dobu, roste u něj nervozita a neklid,
- jedinec o počítači přemýšlí, i když ho zrovna nepoužívá,
- čas strávený na počítači, který je potřeba k uspokojení ze hry, se neustále prodlužuje,
- jedinec zkresluje nebo úplně zatajuje informace o své závislosti,
- jedinec hraje na počítači hlavně kvůli útěku od problémů,
- jedinec má poškozené vztahy s rodinou,
- jedinec zanedbává učení,
- jedinec zanedbává dřívější zájmy a přátele,
- jedinci se zhoršují výsledky ve škole.

Jak lze vidět, znaky netolismu, nedrogových a drogových závislostí (jak podle Mezinárodní klasifikace nemocí, tak podle Nešpora, 2007) si jsou navzájem velice podobné a skoro až totožné. Jediným zásadním rozdílem je to, že nedrogová závislost přímo nepoškozuje a neničí tělo člověka jako závislost drogová. Ale to neznamená, že žádná tělesná rizika u netolismu nehrozí. Na tělu závislého jedince trpí především pohybový aparát a oční orgán. Jedinec má zejména bolesti šíje, ramen, bederní páteře, malých kloubů, zápěstí, zánět obalů šlach, zánět vlastní šlachy atp. Dále jsou typické bolesti, pálení a slzení očí, výskyt tiků, zarudnutí očních víček a problémy se zaostřováním při změně pohledu z blízkého na daleký bod a naopak. Problémy s očima jsou často spojovány s bolestmi hlavy. Celkově sedavý způsob života, který je s netolismem spjatý, je spojen se zdravotními problémy jako je cukrovka, obezita a kardiovaskulární onemocnění (Žufníček, 2015).

Jako u všech behaviorálních závislostí i u netolismu se setkáváme se šesti základními rysy:

1. Význačnost – daná aktivita způsobující závislost je pro daného jedince tím nejdůležitějším v jeho životě, může až kontrolovat jeho myšlení a chování.
2. Změny nálady.
3. Tolerance – čas strávený danou aktivitou se neustále prodlužuje.
4. Odvykací symptomy – po ukončení aktivity se u jedince projevují abstinенční příznaky.
5. Relaps – sklon k opakování závislostního chování.
6. Konflikt – vyvolává závislost, jedná se o narušení rodinných vztahů a vztahů s přáteli, zhoršení prospěchu, ztrátu kontroly atd. (Netolismus, nedatováno).

Pro netolismus je typických několik rizikových faktorů. Z rodinného hlediska jím je nedostatečná rodičovská kontrola, ze strany školy nedostatečná nabídka možností trávení volného času a z pohledu osobnosti daného jedince se může jednat o poruchu osobnosti či chování nebo jedinec může trpět depresemi, úzkostmi a uzavřeností (Žufníček, 2015).

Závislost na internetu můžeme také chápat jako poslední fázi kontinua, která navazuje na nadměrné užívání internetu. U nadměrného užívání internetu je klíčový čas, který děti tráví online. Nadměrné užívání internetu může mít na jedince dopad v oblasti fyzické, psychické nebo sociální. I přestože je čas u tohoto problému důležitý, zároveň se nahlíží i na kvalitu stráveného času online a nezbytně se nejedná o problém patologický, oproti závislosti na internetu. Předpoklady pro nadměrné užívání internetu jsou dva, a to tendence se nudit a psychosociální problémy. Nuda je spojena se zvýšenou impulzivitou a je typická například pro děti s poruchami pozornosti, které navíc inklinují i k jiným formám rizikového chování (např. užívání drog a alkoholu, lhaní, agrese). Druhým předpokladem pro nadměrné užívání jsou psychosociální potíže, jako například nízké sebehodnocení a sebedůvěra, sklon k depresím, úzkostnost atp. Takové děti internet využívají jako formu útěku od reality, kde se mohou schovat (Blinka, 2014).

Dalším názvem, který používají někteří psychologové pro závislost na internetu, je „Internet Addiction Disorder“, zkráceně IAD. Tento pojem není zapsán na seznamu psychických poruch, ale někteří psychologové již IAD rozdělili na několik kategorií a uznávají ji jako psychickou poruchu. Podle nich sem patří závislost na pornografii, hraní her, nákupy on-line, e-mailu či blogování.

Následující psychická porucha, která má své zastánce, ale oficiálně není uznána, je závislost na Facebooku. Nazývá se „Facebook Addiction Disorder“ a její zkratka je FAD. Způsoby diagnostiky a příznaky této závislosti se liší.

Mezi prvními psychology, kteří definovali FAD, byl Michael Fenichel. Ten v roce 2009 definoval průvodní jevy této poruchy. Jednalo se o:

- 1) Nedostatek spánku a následnou únavu v důsledku užívání Facebooku v noci.
- 2) Strávených více než 60 minut denně na Facebooku.
- 3) Posedlost bývalými partnery, které našel prostřednictvím Facebooku.
- 4) Zanedbávání pracovních či studijních povinností kvůli užívání Facebooku.
- 5) Pociťování beznadějných, nezvladatelných a úzkostných pocitů při odloučení od Facebooku či při jen při této představě (Lauschmann, 2011).

Norští výzkumníci v roce 2012 vytvořili tzv. Bergenovu škálu závislosti na Facebooku a publikovali jej v časopise Psychologické zprávy. Do škály patří následujících 6 příznaků:

- 1) Závislý člověk tráví hodně času tím, že přemýšlí o Facebooku a o tom, jak ho bude používat.
- 2) Závislý má neustálou potřebu Facebook používat čím dál častěji.
- 3) Závislý používá Facebook proto, aby potlačil myšlení na své pracovní či osobní problémy.
- 4) Závislý člověk je celkově nespokojen, má-li Facebook zakázán. Cítí se neklidný a znepokojený.
- 5) Závislý člověk se snažil Facebook úplně či částečně omezit, ale nesetkal se s úspěchem.
- 6) Závislý používá Facebook tak často, že to má velice negativní vliv na osobní život, pracovní život či studium (Známky závislosti na Facebooku, nedatováno).

Poslední diagnostickou metodou je 6 znaků, ze kterých musí člověk splňovat 2-3 znaky po dobu šesti až osmi měsíců, aby mohl být diagnostikován jako závislý na Facebooku. Patří sem:

- 1) Tolerance. Strávená doba na Facebooku se prodlužuje a pokud závislý není touto dobou uspokojen, může být frustrován či to může mít negativní vliv na jeho pracovní, studijní či osobní život.
- 2) Zanedbávání jiných aktivit. Závislý na Facebooku, kvůli času stráveném na něm, zanedbává ostatní koníčky nebo povinnosti, které měl dříve.
- 3) Posedlost. Pokud závislý člověk na Facebooku potká jiného uživatele v reálu, je schopen vyjmenovat vše, co je na jeho profilu, ať už se jedná o jméno při prvním setkání či datum narození. Jeho mazlíčci mají na Facebooku vlastní profily a radost z nové žádosti o přátelství by se u něj dala srovnat s pocitem výhry v loterii.
- 4) Přátelé, které nezná. Jedná se většinou o 8 z 10 lidí, které má na svém profilu a vůbec je nezná.
- 5) Schůzky ve virtuálním světě. Závislý člověk se s ostatními lidmi schází v určitý čas na Facebooku, aby si mohli psát nebo například hrát společně hry místo toho, aby se sešli třeba v restauraci nebo kavárně.
- 6) Příznaky abstinence. Pokud závislý člověk nemá dlouhodobější přístup na Facebook, projevuje se u něj podráždění, stres, napětí a pocity úzkosti.

Celkově se psychologové nemohou shodnout, či je závislost na Facebooku psychická porucha jako taková, nebo zda se jedná pouze o projevy jiných problémů (Lauschmann, 2011). Co je ale důležitější, je léčba a způsoby, jak se, ať už závislosti na Facebooku nebo na internetu obecně, zbavit. Ti, co tvrdí, že závislost na Facebooku je pouze únikem z reality, říkají, že by se měl primárně řešit problém původní. A například Karel Nešpor, psycholog pracující v psychiatrické léčebně v Bohnicích, tvrdí, že nejlepším řešením je zbavit se počítače či jakéhokoliv zařízení umožňujícího připojení k Facebooku a najít si práci bez počítače (ČTK, 2014). Další poměrně závažné téma, které souvisí s riziky internetu, je odkrývání svého soukromí.

### **2.1.2 Odkrývání soukromí na internetu**

Soukromí je záležitost každého jedince. Každý může své soukromí kontrolovat a regulovat tak, že si sám určí, co sdělí ostatním a co ne. Soukromí je úzce spjato s pojmem sebe-odkrývání, což je proces poskytování informací o nás jiným lidem (Derlega et. al., 1993).

U internetu vzniká jeden zásadní problém a to ten, že uživatelé internetu nemají vždy úplný přehled o tom, kdo všechno má přístup k informacím o nich. Například zřizovatel služby na internetu nebo sociální síť má přístup k informacím o uživateli neustále. To, jak s informacemi o uživateli může zřizovatel nakládat, je ve smluvních podmínkách. Ty se ale můžou s postupem času měnit a po nějaké době mohou být úplně jiné, než když uživatel zakládal účet (Macháčková, 2014). Příkladem takových změn ve smluvních podmínkách je Facebook. Jeho počáteční politika si zakládala na tom, že vše na profilu uživatele bude soukromé a uživatel bude sám stanovovat, kdo uvidí nebo neuvidí informace o něm, a musel to sám nastavit ručně. Sociální síť Twitter ale přišla s úplně opačnou politikou, tedy že vše na profilu bylo otevřené a všem přístupné a pokud chtěl uživatel něco změnit, musel to nastavit sám ručně. Postupem času ale Facebook chtěl navázat spolupráci se společností Google a musel kvůli tomu změnit podmínky. Učinil to poměrně nenápadně. Facebook uživatelům nabídl tabulku s vylepšením ochrany soukromí, kdy měl uživatel možnost aktualizovat své nastavení soukromí. Jelikož tabulka nebyla srozumitelná, Facebook tím docílil odemčení většiny účtů.

Na sociálních sítích lze o uživatelích zjistit jejich jméno, datum narození, věk, bydliště, vzdělání, zaměstnání, zájmy, vztahy, práci, profily na jiných sociálních sítích, e-mail, telefonní číslo, přátele, rodné město, vlastní fotografii atp. (Dočekal, 2010).

Americká studie PEW z roku 2013 ukázala, že 91 % teenagerů zveřejnila fotografii sama sebe, 71 % mělo na profilu uvedené jméno své školy, 71 % na sociálních sítích uvedlo, kde bydlí a 20 % teenagerů zveřejnila své telefonní číslo. Studie dále ukázala, že 92 % teenagerů na sociálních sítích uvedlo své pravé jméno, 84 % na profilu teenagerů mělo na profilu své zájmy jako oblíbený film, hudba atp. 82 % mělo na profilu datum svého narození, 62 % jejich vztahovou situaci a 24 % mělo na profilu nahrané video jich samotných (Madden et. al., 2013). S odkrýváním soukromí velice úzce souvisí i kyberšikana, která je popsána v následující kapitole.



### 2.1.3 Kyberšikana

Šikana (anglicky cyberbullying) je považována za vážnou psychosociální poruchu jedince a jedná se o speciální typ lidské agrese (Machová, Kubátová, 2015).

Jednou z definicí šikany je ubližování někomu, kdo se nemůže nebo nedovede bránit (Říčan, Janošová, 2010). Další definicí šikany je *„Fyzické, psychické nebo kombinované ponižování a týrání „slabších“ jedinců „silnějšími“, ke kterému dochází zpravidla ve skupině. Jde o chování, jehož cílem je ublížit, ohrozit nebo zastrašit jiného člověka nebo skupinu lidí“* (Bendl, 2003, s. 15). Znaky šikany jsou tři. Jedná se o nerovnováhu sil mezi agresorem a obětí, záměrné a agresivní chování agresora vůči oběti a opakovanost takového jednání (Říčan, Janošová, 2010). Dalším uváděným znakem bývá samoučelnost (Kolář, 2011). Samoučelnost znamená, že danému jedinci dělá dobře samotné ubližování a není za takovým jednáním žádný jiný důvod, jako je například větší úspěch ve sportovním týmu atp. Agresorovi jde především o to, aby zlomil oběť.

Kyberšikana se odehrává v online prostředí. Agresoři se mohou, ale nemusí, schovat za anonymní účty, kde nejsou vidět jejich nedostatky, a převahu mají díky znalostem technologií. Kyberšikana je pro oběť horší než šikana v reálném světě, protože ji nemůže předvídat a může být mnohem častější. Záměrem kyberšikany je zastrašit, znejistit oběť, ublížit jí nebo ji jinak ohrozit za pomoci internetu, sociálních sítí nebo mobilního telefonu, zkrátka za pomoci informačních technologií. Oběť může být ohrožována jednou osobou nebo skupinou jedinců a většinou se jedná o opakovaný jev. Oběť se cítí nepříjemně a ublíženě. Forem kyberšikany je několik, například zesměšňování jedince rozesíláním jeho fotografie nebo videa, verbální útoky, vyhrožování a zastrašování jedince, vydírání, krádež jeho identity nebo nabourání se na soukromý účet oběti za účelem zesměšnění nebo psychického ublížení (Kožíšek, Písecký, 2016). Za formy kyberšikany je považováno i pomlouvání, vyloučení a ostrakizace, flaming, kyberstalking, happy slapping nebo odhalení soukromých informací v online prostředí.

Je ale důležité rozeznávat šikanu i kyberšikanu od škádlení a online obtěžování. Škádlení je důležité pro sociální vývoj a vyznačuje se přátelským pošťuchováním, kdy se škádlená osoba necítí nekomfortně a nemá pocit, že jí je ubližováno (Černá, 2013).

Někteří jedinci jsou poctěni pozorností a šikádlení opětuji a pro jedince více citlivé je to nepříjemné, v takovém případě by škládející osoba měla přestat a nestane-li se tak a šikádlení i přes protesty šikádlého jedince pokračují, může se začít jednat o šikanu (Říčan, Janošová, 2010). Online obtěžování je na rozdíl od kyberšikany jednorázové, obtěžovaný to nevnímá jako nepříjemné a ubližující, agresivita vůči obtěžovanému nebyla úmyslná, může se jednat o kyberšikádlení (Černá, 2013).

I přestože by se jednalo o jednorázovou událost, jako je například vložení nahrávky na internet za účelem zostuzení oběti, tak u kyberšikany se nikdy nejedná o jednorázovou věc. Jakmile se do online prostředí nahraje, zůstává zde navždy a uživatelé internetu nebo dané sociální sítě si ji mohou kdykoliv přehrát, je jim neustále k dispozici. Tím se takové jednání stává záležitostí dlouhodobou (Janošová et. al., 2016). A i přestože agresor danou nahrávku smaže, spousta jiných uživatelů ji již může mít staženou ve svých zařízeních. Dále jako opakování agrese můžeme považovat i přibývajících reakce v podobě komentářů nebo „to se mi líbí“ na sociálních sítích od přihlížejících uživatelů (Černá, 2013).

Agresoři v online světě jsou jedinci, kteří jsou nebo byli šikanováni v reálném světě a přes sociální sítě se to snaží vrátit tomu, kdo jim ubližuje nebo ubližoval (Janošová et. al., 2016). Takovými agresory přes internet ale mohou být i jedinci, kteří v reálném světě šikaně jen přihlíželi. Typickým znakem pro agresory v online prostředí jsou jedinci trpící pocity méněcennosti, nepochopením nebo jedinci, kteří se od ostatních nějakým způsobem liší. Pro některé jedince může být spouštěčem agrese i možnost se schovávat za jiný účet a anonymita, která jim dodává odvahu.

Kyberšikana je nebezpečná zejména v tom, že se špatně rozeznává. Oběť nemá na těle známky ubližování, jedná se pouze o rány psychického rázu. Většinou je změna chování šikanovaného jedince sváděna na pubertu nebo změnu chování v důsledku nějaké životní události jako je smrt v rodině, změna bydliště atp. (Kožíšek, Písecký, 2016). Kyberšikana má ale i tak své příznaky:

- Dítě je psychicky rozrušeno při používání mobilního telefonu nebo počítače,
- dítě trpí častými změnami nálad, změnami chování, ztrátou chuti k jídlu a zhoršením spánku,

- dítě ztrácí zájem o své oblíbené činnosti a hry na počítači nebo telefonu a celkově ztrácí zájem o tato zařízení,
- dítě se straní rodiny, přátel, snaží se tajit své aktivity online, vyhýbá se školním aktivitám, zavírá se v pokoji atd.,
- dítě je nervózní při oznámení na mobilu nebo počítači,
- dítě se vyhýbá všem diskuzím o online světě,
- dítě není ochotné půjčit rodičům telefon nebo počítač (Jak poznáte kyberšikanu, nedatováno).

S kyberšikanou úzce souvisí i kyberstalking, kybergrooming, happy slapping i flaming. Všechny tyto jevy se v širším slova smyslu dají považovat za formy kyberšikany a jsou podrobněji popsány v následujících kapitolách.

#### **2.1.4 Kyberstalking**

Stalking (česky nebezpečné pronásledování) je úmyslné, zlomyslné a soustavné pronásledování jiné osoby, které může být doprovázeno i obtěžováním. Cílem pronásledovatele je navázat a udržet kontakt s pronásledovanou osobou i přes její očividný nesouhlas. Pronásledovatel se tak dopouští narušení osobní svobody a soukromí (Nebezpečné pronásledování (stalking), nedatováno).

Kyberstalking vykazuje stejné znaky jako stalking, ale odehrává se v online prostředí. Stalker opakovaně a dlouhodobě kontaktuje svou oběť přes moderní technologie a snaží se v oběti vyvolat strach o její soukromí, zdraví nebo dokonce i život (Kyberstalking, nedatováno). Oběť je většinou obtěžována dál i přes několikanásobné odmítnutí kontaktu s pronásledující osobou. Oběť se může bránit tím, že sama účet stalkera zablokuje. V horších případech se oběť může obrátit na poskytovatele sociální sítě nebo internetové služby a ten účty stalkera zablokuje nebo smaže.

Stalkery se často stávají osoby, které jsou pronásledovanou osobou odmítány a nechtěny. Dále jimi mohou být bývalí partneři oběti či jsou to osoby, které se zajímají o veřejně známé osobnosti. Stalkeři se většinou snaží o vynucení osobního setkání formou výhružných zpráv nebo telefonátů (Kožíšek, Písecký, 2016).

### **2.1.5 Kybergrooming**

Kybergrooming je jev, kdy se uživatel internetu skrze sociální sítě snaží získat důvěru oběti a vylákat ji na osobní setkání či ji nějak zneužít. Jedná se o psychickou manipulaci oběti. Kybergroomer se často schovává za falešný profil (Kožíšek, Písecký, 2016). Charakteristický průběh kybergroomingu se vyznačuje několika rysy. Kybergroomer se snaží získat důvěru oběti a izolovat ji od okolí, přičemž ji většinou i podplácí různými dárky nebo penězi. Kybergroomer z oběti často vymámí i nějaké kompromitující fotografie nebo videa, se kterými by ji později mohl vydírat v případě, že by oběť nechtěla spolupracovat. Dalším naprosto typickým znakem je vylákání oběti na osobní schůzku. Kybergroomer se většinou nebojí oběť sexuálně obtěžovat nebo v horším případě i zneužít (Kybergrooming, nedatováno). Dalším typickým znakem je emoční závislost oběti na útočnickovi. Vztah mezi kybergroomerem a obětí může být jak přátelský, tak milostný. Oběť se útočnickovi svěřuje se svými problémy, třeba i intimními. Kybergroomer dává oběti najevo, že jí rozumí, nebo má dokonce stejné problémy či zájmy.

Nejčastějšími oběťmi jsou děti ve věku 11 až 17 let a poměr mezi dívkami a chlapci je téměř stejný. Nejčastější dětské oběti jsou málo sebevědomé a mají malou sebeúctu, mají emocionální problémy nebo pocity samoty nebo jsou to velice důvěřivé děti, které se zajímají o lidskou sexualitu a nevádí jim si o ní povídat.

Útočníci jsou většinou ve věku 17 až 34 let. Jejich povolání je velice různorodé. Útočníci se ve vztahu s dítětem cítí bezpečněji a komfortněji než s dospělou osobou (Kožíšek, Písecký, 2016).

### **2.1.6 Happy slapping**

Happy slapping neboli „spokojené fackování“ se poprvé objevil v Londýně v roce 2004. Účelem happy slappingu je fyzické napadání náhodného člověka, který nic netuší. Napadení oběti je natočeno na mobilní telefon nebo nějaké jiné zařízení, na kterém lze pořídit videozáznam. Nahrávka je poté zveřejněna na internetu (Happy slapipng, nedatováno).

### **2.1.7 Flaming**

Flaming vznikl z anglického flame, což v překladu znamená hořet. Za flaming je označována ostrá hádka mezi dvěma i více uživateli sociální sítě, diskuzního fóra, chatu atp. Pro takovou konverzaci jsou typické nadávky, urážky, často vulgarismy a někdy i výhružky (Černá, 2013).

Často se v diskuzích vyskytují tzv. flameři. Jedná se o uživatele, kteří záměrně narušují urážkami diskuze a bouřlivě zde obhajují své názory. Flameři nejvíce útočí na uživatele, kteří nemají stejný názor. Argumentace flamerů spočívá v nadávání, urážení nebo vyhrožování a není konstruktivní. V diskuzích se také vyskytují tzv. trollové. Jedná se o uživatele internetu, kteří se v diskuzích pouze snaží o vyvolání konfliktu. Často v diskuzích otevírají témata, která s předmětem diskuze vůbec nesouvisí. Pokud diskuze trvá dlouho a stupňuje se, jedná se o tzv. flame war (Co je flaming, 2008).

### **2.1.8 Sexting a zneužívání dětí na internetu**

Sexting je rozesílání fotografií, videí či zpráv se sexuálním obsahem přes komunikační technologie. Odesílatel tak činí vědomě a dobrovolně (Počítačová mravnostní kriminalita, nedatováno). Sexting se většinou provádí mezi partnery, ale ani mezi cizími lidmi není výjimkou. Posílání takových zpráv ale může být nebezpečné v obou případech. V případě sextingu s neznámou osobou hrozí rozšíření a zveřejnění daných fotografií, videí atp. V druhém případě se může stát, že se z partnera po nějaké době stane bývalý partner a ten fotografie nebo videa rozšíří záměrně po rozchodu (Kožíšek, Písecký, 2016). Při sextingu oběť útočnickovi sama poskytuje citlivý materiál své osoby a útočník takový materiál později často využívá k vydírání, kybershikaně, manipulaci atp.

V ČR podle průzkumu sexting provozuje více než 15 % dětí ve věku od 8 do 17 let. Pokud se děti kvůli sextingu dostanou do problému, pouze 38 % by o tom někomu řeklo. Více než 22 % dětí zažilo, že se před nimi někdo obnažoval přes internet přes webkameru a více než 40 % obdrželo erotickou nebo intimní fotografii někoho cizího (Centrum prevence rizikové virtuální komunikace, 2017).

I přestože je sexuální aktivita v ČR povolena od 15 let, je nutné si uvědomit, že pokud sexting na úrovni fotografií a videí provádějí osoby mladší 18 let, jedná se o dětskou pornografii nebo její šíření a takové jednání je ze zákona trestné (Počítačová mravnostní kriminalita, nedatováno). Jedná se o tzv. právní paradox. Je tomu tak proto, že dítě je sice biologicky zralé na to v 15 letech provozovat sex, ale po psychické stránce nemusí být zralé nést následky spojené se sextingem a dítě je tak chráněno před psychickou újmou (Sexting, nedatováno).

Za dětskou pornografii lze podle Evropského parlamentu a Rady Evropy považovat:

- a) jakýkoli materiál, zobrazující dítě nebo osoby vypadající jako dítě, které je účastníkem reálné nebo fingované jednoznačné sexuální činnosti,
- b) jakékoli zobrazení dětských pohlavních orgánů nebo zobrazení pohlavních orgánů osob, které vypadají jako dítě, k sexuálním záměrům (Kopecký, Szotkowski, 2019).

Rozlišování konkrétních materiálů a situací, zda se jedná o dětskou pornografii nebo ne, má za úkol Policie ČR a soudní znalci (Sexting, nedatováno).

Problematikou sexuálních predátorů a sexuálního zneužívání dětí na internetu se také zabývá dokumentární film V síti (V síti, nedatováno). Tento film byl vyhotoven ve dvou verzích. První verze je přístupná od 15 let a druhá verze se nazývá V síti: Za školou, je kratší a obsahuje edukační vstupy na dané téma (Hloušková, 2020).

### **2.1.9 Internetové výzvy**

Internetové výzvy neboli online challenges ponoukají uživatele k různým aktivitám. Takové výzvy bývají pozitivní i negativní (Online challenges (rizikové výzvy), nedatováno).

Pozitivní výzvy mohou mít například humorný, sportovní nebo charitativní charakter. Nejznámější charitativní výzvou byla v roce 2014 Ice bucket challenge. Při této výzvě si lidé měli na hlavu vylít kbelík plný ledu nebo ledové vody a natočit se u toho. Záměrem této výzvy bylo dostat do povědomí nemoc ALS (amyotrofickou laterální sklerózu) a získat finance na podporu jejího výzkumu a léčby.

Nejznámější humorná výzva byla tzv. Mannequin challenge v roce 2016. Okolo lidí, kteří zamrzli uprostřed nějakého pohybu, se točila dokola kamera kolem nich nebo v případě skupin mezi nimi a natáčela je. Výzvy se zúčastnila spousta celebrit, sportovních týmů, atd. (Pozitivní internetové výzvy, nedatováno).

Za sportovní výzvy jsou považovány jakékoliv výzvy na sociálních sítích týkající se zdravého životního stylu a zdravého pohybu. Jedná se o několikadenní nebo měsíční časový interval, kdy má dotyčný docílit nějaké proměny. Známa sportovní challenge byla např. planking, kdy lidé zkoušeli polohu „prkno“ na různých místech a cílem bylo vystoupit ze svého komfortu. I přestože se jednalo o pozitivně míněnou výzvu, některá místa byla opravdu nebezpečná a za hranou zdravého rozumu. Bohužel došlo i k jednomu úmrtí během jejího provádění na zábradlí na balkoně.

Negativní výzvy nebo také rizikové výzvy se mezi mladými lidmi a dětmi šíří poměrně rychle. Nejznámější rizikovou výzvou byla Kylie Jenner Lip Challenge, jejíž podstatou bylo zvětšování rtů podle známé modelky. Lidé a děti si k ústům přikládali láhev a odsáli z ní vzduch, čímž vznikl podtlak a díky tomu došlo k nafouknutí rtů. Při této výzvě docházelo k popraskání, krvácení nebo poškození rtů.

Další negativní výzvou je Duct Tape Challenge. Její podstatou je nechat se přilepit lepicí páskou ke zdi a poté se z toho pokusit uvolnit. Při této výzvě dochází k četným zraněním, protože spousta dětí při vyprošťování upadne a nemůže se chránit rukama. Popularitu získala i Cinnamon Challenge, kdy lidé mají za úkol sníst lžičku skořice. To způsobuje nejen zakuckání a chvilkové dušení, ale pokud se skořice dostane do plic, může způsobit jejich vážné poškození. Při Choking Challenge se lidé nechávají škrtit tak dlouho, dokud neomdlí. Při této výzvě dochází k poškození buněk mozku. Při Salt and Ice Challenge si lidé posypou část těla solí a poté na ní přiloží led, což způsobí poškození kůže (popáleniny, omrzliny, puchýře atd.). Podstatou Ghost Pepper Challenge je sníst Ghost pepper chilli papričky s obsahem kapsaicinu v řádu milionů. Mezi rizika této výzvy patří nadměrné pálení, nevolnost a potíže s dýcháním, v nejhorších případech i smrt. U Tide Pod Challenge je úkolem sníst gelovou kapsli na praní. Ta ale může způsobit otravu, vyvolat zvracení a celkově poškodit trávicí soustavu a sliznice v těle. Výzva s názvem Modrá velryba vznikla jako poplašná zpráva o tom, že děti si vymýšlejí rizikové a život ohrožující

úkoly, které se stupňují a tím posledním úkolem je sebevražda. Žádná taková výzva neexistovala, dokud se tento hoax nezačal šířit. Poté se tato falešná výzva stala skutečnou. Ice Cream Licking Challenge vznikla v roce 2019. Lidé při ní mají za úkol v obchodech otevřít nádobu se zmrzlinou, zmrzlinu olíznout a nádobu poté zavřít a vrátit zpět do mrazáku. Tato výzva se poté rozšířila i na jiné produkty. Proti této výzvě vznikla výzva jiná a to taková, že lidé sice otevřeli nádobu se zmrzlinou a zmrzlinu olízli, ale poté ji místo zpět do mrazáku dali do svého nákupního košíku a zaplatili ji (Rizikové internetové výzvy, nedatováno). U všech těchto výzev se lidé natáčejí a videa poté sdílí na internetu a sociálních sítích.

## **2.2 Prevence, obrana a pomoc**

Vzhledem k tomu, že používání internetu je v dnešní době běžnou součástí života, je u dětí nevyhnutelné. Děti jsou naivní, důvěřivé, ale hlavně nezkušené, a proto se často stávají oběťmi internetových útočníků, predátorů (Ochrana dítěte v online prostředí, nedatováno). Proto je prevence v této oblasti nesmírně důležitá, a pokud se děti již dostanou do nějaké takové situace, měly by vědět, jak se bránit a říci si o pomoc. A jelikož se děti často s problémy obrací na rodiče nebo na učitele, i ti by měli vědět, jak se správně zachovat.

### **2.2.1 Ze strany rodičů**

Rodiče jsou naprosto klíčovou a nejdůležitější částí v prevenci rizikového chování a rizik na internetu pro děti. U takto závažného tématu je nejdůležitější vztah mezi rodiči a dítětem, jehož základem je vzájemná důvěra. Pokud dítě rodičům důvěřuje, je více ochotné se rodičům svěřit s problémy, ale i zážitky z online světa a případně si i říci o pomoc (Kopecký, 2019b). Prevence rizikového chování na internetu by měla vždy začínat doma. Prevence by měla začít ve chvíli, kdy rodiče dítěti povolí trávení času na internetu. Rodiče musí také zjistit, zda dítě využívá např. telefon, počítač, tablet atp. kamarádů a v takovém případě nastolit nějaká pravidla. Aby prevence měla správný účinek, měla by být nenásilná, přirozená, přiměřená, aktuální a pravidelná. Rodič by měl mít přehled, jaké služby dítě na internetu používá a podle toho přizpůsobit pravidla. Dítě si



lépe osvojí daná pravidla, pokud je postaveno do role učitele. To znamená, že dítě vysvětluje rodiči, jak se na internetu chovat a rodič dítě pouze koriguje, informace upřesňuje nebo má připomínky, nad kterými se dítě mohlo dál zamýšlet. Další způsob, který u dětí v rámci prevence funguje, je ten, že dítě je rodičem pouze naváděno na určité úvahy a správná řešení hledá samo. Takto pravidla lépe přijme a ztotožní se s nimi, protože je považuje za svá pravidla, a ne za pravidla nastolená rodiči.

Obecná základní pravidla pro rodiče jsou zajistit bezpečné prostředí pro dítě, poučení dítěte o rizicích internetu, nastavit dítěti pravidla a otevřeně s dítětem o tomto tématu komunikovat. Rodiče by dětem měli vždy být oporou. Veškerá prevence by měla být přiměřená věku dítěte. Zejména v období puberty u dětí začíná touha po soukromí a prostoru, proto by dítě v tomto období mělo mít pravidla již zažitá a automatická (6 tipů, jak si získat důvěru, nedatováno).

Co se týče zajištění bezpečného prostředí pro dítě, existuje spousta možností. Rodiče například mohou nastavit některé služby (např. Google) do režimu bezpečného vyhledávání a to zajistí, že se dětem bude zobrazovat jen nezávadný obsah (Jak vlastně zajistit bezpečnost dětí v online prostředí? nedatováno). Rodiče by také měli kontrolovat aktivity dítěte na internetu, blokovat závadné webové stránky, určit nebo omezit dobu, kterou dítě může strávit na internetu nebo počítači či mobilu. Takové nastavení umožňuje například Microsoft pro Windows 10 (Kopecký, 2019c). Rodičovskou kontrolu umožňuje také Apple na všech zařízeních s operačním systémem iOS (Používání rodičovského dohledu na iPhone, iPadu a iPodu touch vašeho dítěte, nedatováno). Například i Google se podílí na rodičovské kontrole dětí na internetu a umožňuje to skrz službu Google Family link (Kubala, 2020).

V případě, že primární prevence selže, je pro rodiče nezbytně nutné umět rozpoznat, že se něco děje, a vědět, jak se v takové situaci zachovat, ať už na to přijdou sami, nebo se dítě svěří samo. V případě, že dítě za rodiči přijde samo a svěří se s problémem, rodiče musí dítěti okamžitě nabídnout pomoc a dát mu najevo, že v tom není samo. Rodiče by za žádných okolností dítě neměli napomínat nebo ho trestat, protože to může situaci jen zhoršit (Co dělat, když zjistíte, že Vaše dítě komunikuje s online predátorem? Nedatováno). Rodiče by vždy měli preferovat vstřícný a trpělivý přístup, protože pro oběť

je nesmírně těžké se svěřit, může to vnímat jako své selhání (6 tipů, jak si získat důvěru, nedatováno).

Pokud se dítě stalo obětí kybergroomingu nebo obětí sextingu a svěří se rodičům, je nutné, aby rodiče ctili zásadu klidného jednání zmíněnou výše. Poté je nutné, aby přerušili veškerou komunikaci dítěte s útočníkem, ale účet pachatele by nikdy neměli zablokovat. Rodiče by měli nashromáždit a uložit veškeré důkazy – konverzace, fotografie, videa, profil útočníka a veškeré informace o něm. Poslední krok, který by rodiče měli podniknout, je nahlášení situace policii (Co dělat, když zjistíte, že Vaše dítě komunikuje s online predátorem? Nedatováno).

### **2.2.2 Ze strany dítěte**

Internet pro děti představuje spoustu rizik. Proto by dítě mělo vědět, jak je rozpoznat, a pokud se již stane součástí nějakého problému, mělo by vědět, jak situaci poznat, řešit a na koho se může obrátit. Existuje proto několik zásad bezpečného chování na internetu pro děti:

1. Dítě by nikdy nemělo veřejně sdílet osobní informace, které by později mohly být použity proti němu.
2. Dítě by nikdy nemělo posílat své intimní, obnažené fotografie nebo videa někomu cizímu, ale ani někomu známému (kamarád, kamarádka, přítel, přítelkyně) a ani je sdílet veřejně. Jakékoliv choulostivé fotografie nebo videa dítě někomu pošle, mohou později být zneužity, zveřejněny, rozeslány nebo mohou prostě uniknout. Jednou zveřejněná nebo odeslaná fotografie nebo video nikdy nezmizí (Fotka nikdy nezmizí, nedatováno).
3. Dítě starší 15 let, ale nedosažených 18 let, si musí uvědomit, že se u sexu a sexuálních aktivit nemůže fotit ani natáčet. Jednoduše by se dítě mohlo stát nejen tvůrcem, ale i šířitelem dětské pornografie, což je trestný čin (Foťák pod peřinu nepatří, nedatováno).
4. Dítě by na sociálních sítích mělo mít správně nastavený profil a soukromí.
5. Dítě by si mělo do přátel přidávat pouze osoby, které skutečně zná. To stejné platí při komunikaci (Není přítel jako přítel, nedatováno).

6. Pokud si dítě sjedná schůzku s někým cizím z internetu, mělo by o tom vždy říci svým rodičům a na schůzce nikdy nenasedat k cizímu člověku do auta (Randit ale neriskovat, nedatováno). Dítě by mělo vědět, že setkání je lepší uskutečnit na místě, kde je spousta lidí a odkud vždy může odejít (7 tipů na bezpečné seznamování, nedatováno).
7. Dítě by si mělo dávat pozor na manipulaci skrze lichotky a snahu získat si jeho důvěru (Bacha na lichotky, nedatováno).
8. Děti by v žádném případě neměly přijímat žádný finanční obnos za vykonání nějaké aktivity přes internet a už vůbec by samy neměly peníze za něco nabízet (Neprodávej se, nedatováno).
9. Dítě by mělo umět rozpoznat falešné profily. Ty jsou většinou založené jen krátkou dobu, fotografie jsou přefiltrované nebo na takových profilech je fotografie pouze jedna. Ale některé falešné profily mohou být velice precizně udělané a opravdu těžko se dá poznat, že se jedná o podvod. V takovém případě je na místě, aby dítě navrhlo videohovor, kde se ihned prozradí, zda se jedná o falešný profil nebo ne (Jak poznáš fake "kamaráda," nedatováno). Další způsob, jak zjistit, že se jedná o vymyšlený a falešný profil je ten, že ho dítě podrobí několika otázkám týkající se detailů, protože lži se pamatují těžce (7 tipů na bezpečné seznamování, nedatováno).
10. Dítě by si mělo zabezpečit svůj počítač, mobil a všechny své profily a účty na sociálních sítích. Základem jsou bezpečná hesla, dvoufázová přihlášení s pomocí telefonu a správně nastavený antivir. Děti by také neměly stahovat pochybné a neověřené aplikace nebo programy (Zabezpeč si komp i mobil, nedatováno).
11. Dítě by také mělo znát věty, které podvodníci a predátoři na internetu nejčastěji používají a normální reálný člověk nebo kamarád by je pravděpodobně nepoužil. Jedná se o následující otázky a věty:
  - Kde máš počítač? Máš ho v pokojíčku?
  - Jaké jsou tvoje koníčky? Co tě zajímá?
  - Máš přítele/přítelkyni?
  - Kdy chodí tvoji rodiče do práce a kdy se vrací?
  - Když mi pošleš tvou fotku, pošlu ti mou.

- Chci ti něco poslat, dej mi telefonní číslo.
- To nevadí, že ti rodiče nerozumí, já ti rozumím.
- Neříkej to rodičům, zklamala bys je a nenáviděli by tě.
- Jestli to neuděláš, tak zveřejním ty fotky, které jsi mi poslala.
- Jestli to neuděláš, tak se zabiju.

Těmito otázkami chce útočník zjistit, zda mají rodiče možnost sledovat komunikaci dítěte, čím by dítě mohl uplatit nebo jestli se má dítě komu svěřit. Otázkou, kdy chodí rodiče do práce, chce útočník zjistit, kdy s dítětem může komunikovat, ale i kdy je byt prázdný a dá se vyloupit. Útočník se pomocí výše uvedených vět snaží na dítě získat další kontakt, získat materiály, kterými by ho později mohl vydírat a získat si důvěru dítěte, popřípadě nějaké informace, které by později mohl použít proti němu. V pozdější fázi se útočník snaží dítě izolovat od okolí, vyhrožuje, vydírá a snaží se dítě vylákat ven (Internetoví predátoři, nedatováno).

V případě že preventivní opatření nepomohou, je nutné, aby dítě vědělo, jak se zachovat, pokud se do nějaké negativní situace na internetu dostane. V případě kyberšikany je nezbytně nutné, aby se dítě obrátilo na rodiče, učitele atp., a uvědomilo si, že se v žádném případě nejedná o žalování, ale o vážnou věc (Co by děti měly vědět o kyberšikaně, nedatováno).

V případě, že má dítě podezření, že je obětí kyberstalkingu, mělo by stalkerovi dát jasně najevo, že nestojí o jeho pozornost, nemělo by mu odpovídat na zprávy a nikdy by se s ním nemělo scházet. Dítě by mělo změnit svoje zvyky a začít chodit jinými trasami, přihlašovat se k sociálním sítím v jiný čas atd. Aby dítě kyberstalker nemohl kontaktovat, mělo by si založit jiné profily pod falešným jménem. Dítě by se v takovém případě mělo neprodleně obrátit na své okolí a nebát se s nimi o tom mluvit (10 tipů, jak na kyberstalking, nedatováno).

V případě sextingu by bylo nejlepší, kdyby k němu vůbec nedošlo. V případě, že ale dítě si bude chtít takové fotografie nebo videa pořídit, neměl by na nich být vidět jeho obličej. Pokud dítě své fotografie nebo videa nikomu nepošle, mělo by si být alespoň vědomo faktu, že ani uložené v počítači nejsou v naprostém bezpečí. Počítač nebo mobilní telefon může být ukraden nebo napaden (3 tipy, jak na sexting, nedatováno).

Pokud dojde na nejhorší a dítěti je již vyhrožováno nebo jeho intimní fotografie či videa nebo osobní informace byly zneužity a už potřebuje pomoc, je vždy nutné, aby se obrátilo na dospělou osobu (rodiče, učitel). Dále je potřeba udělat některá opatření, aby se situace dále nezhoršovala. Dítě by mělo uložit nebo udělat screenshoty všech konverzací, nic nesmazat. Dítě by mělo útočníkovi dát najevo, že s ním v kontaktu být nechce a dát mu na vědomí, že jeho obtěžování a chování oznámí na policii. Dítě by neprodleně mělo přestat sdílet všechny své intimní fotografie nebo videa. Jako poslední krok by dítě společně s rodiči mělo věc oznámit na policii i s důkazy (Co dělat při zneužití vašich intimních fotek, nedatováno).

### **2.2.3 Ze strany učitele**

Učitel by měl umět mluvit o rizicích a rizikovém chování na internetu nejen s žáky, ale také s rodiči. Učitel by pro žáky měl být zdrojem pravdivých a co nejvíce objektivních informací. Učitel by se měl snažit snížit potenciální rizika vzniku problému ve třídě nebo škole na minimum, měl by usilovat o pozitivní klima ve třídě a škole. Učitel by měl žákům vždy dát dostatek prostoru na otázky a diskuzi, ale zároveň by měl fungovat i jako moderátor a pozitivně ovlivňovat postoje dětí ve třídě a tím posilovat pozitivní vzorce chování. Pokud ve třídě nebo škole dojde k nějakému problému, který je nutno řešit, učitel by měl usilovat o to, aby incident měl co nejmenší dopad jak na oběť, tak na ostatní žáky ve třídě. Učitel by měl poté zajistit, aby se problém již neopakoval. Učitel by měl žákům zdůraznit několik zásad, které by si žáci měli osvojit:

1. Na internetu se vždy chovat bezpečně a slušně.
2. Své osobní údaje, hesla, informace o momentální poloze (geolokaci) atd. je nutné si chránit, protože veškeré osobní údaje jsou vzácné a mají svou hodnotu. V dnešní době se s osobními obchoduje (např. pro účely reklamy) nebo se dají snadno zneužít.
3. Technické zabezpečení všech svých zařízení je nezbytně nutné. Ideálním řešením je víceúrovňové zabezpečení.
4. Dodržovat pravidlo „babičky lednička,“ tzn. nedávat na internet nic, co bychom nedali s klidnou hlavou k babičce na lednici.

Učitel by také žáky měl seznámit s riziky internetu (kyberšikana, kybergrooming, kyberstalking, sexting, falešné účty a falešná identita, hoaxy, podvody atd.) Při edukaci žáků o těchto tématech by se učitel měl držet několika didaktických pravidel, zásad a postupů. Mezi tyto zásady patří:

1. Motivace – důležitá pro dobrý výkon žáka. Učitel motivuje skrze zajímavé, různorodé a pestré aktivity a pomocí aktivního zapojení žáka do výuky.
2. Odbornost – učitel pracuje s fakty, ne s jeho osobními názory.
3. Spojení teorie s praxí – učitel se bude snažit veškeré teoretické znalosti dětem ukázat na praktických činnostech.
4. Přiměřenost – učitel probíraná témata přizpůsobuje věku žáků.
5. Citovost – učitel by měl v žákovi vzbudit pozitivní emoce, pracuje s jeho prožitkem.
6. Nábornost – učitel by měl využít co nejvíce materiálů a zdrojů k ukázkám, např. fotografie, videa, plakáty, interaktivní aktivity, hry atp.
7. Trvalost – veškeré informace je nutné neustále opakovat, aby si žáci zásady zafixovali.
8. Nestrašit a neděsit – metoda strašení či děšení dětí nefunguje a má spíše opačný efekt. Zvláště u tohoto tématu je důležité vštípit dětem zásady bezpečného chování na internetu pozitivní cestou.
9. Nebýt pouze negativní – pokud učitel bude mluvit o technologiích, internetu a sociálních sítích, musí vždy zdůraznit i jejich pozitiva. V případě, že by učitel o daných věcech mluvil pouze negativně, děti by mohly ztratit zájem o to, co učitel říká. Žáci by učitele mohli přestat akceptovat a veškerým aktivitám, které učitel vymyslí, by se snížila účinnost (Jak mluvit s dětmi o nástrahách internetu. Metodický rádce pro učitele, nedatováno).

#### **2.2.4 Kam se obrátit?**

V případě jakéhokoliv problému týkajícího se rizikového chování na internetu by se dítě vždy jako první mělo obrátit na rodiče nebo učitele. Také je možné se obrátit na následující kontakty:

- **Online poradna projektu E-bezpečí**

- webová stránka: <https://www.e-bezpeci.cz/>
- online poradna: <http://poradna.e-bezpeci.cz/>

- **Linka bezpečí**

- telefonní číslo: 116 111
- webová stránky: <https://www.linkabezpeci.cz/sluzby/napis-nam/>  
<https://www.linkabezpeci.cz/sluzby/chatuj-s-nami/>
- email: [pomoc@linkabezpeci.cz](mailto:pomoc@linkabezpeci.cz)

- **Dětské krizové centrum**

- webová stránka: <https://www.ditekrize.cz/>
- ambulantní služby - telefonní čísla: +420 241 480 511  
+420 777 664 672
- email: [ambulance@дитеkrize.cz](mailto:ambulance@дитеkrize.cz)
- nonstop linka důvěry - telefonní číslo (pro rizika v kyber prostoru): +420 778 510 510
- email: [problem@дитеkrize.cz](mailto:problem@дитеkrize.cz)
- Skype: [ld\\_dkc](#)
- online chat: <https://www.elinka.iporadna.cz/>

- **Policie ČR**

- telefonní číslo: 158

### 3 Výzkumné šetření

Dotazníkové šetření proběhlo na nižším gymnáziu v Roudnici nad Labem v 6. až 9. ročníku, tedy v primě až kvartě, na začátku března 2020. Dotazníky jsem předala jedné z paní učitelek na gymnáziu, která zajistila jejich vyplnění během vyučovacích hodin. U vyplňování jsem přítomna nebyla. Vyplnění dotazníku žákům trvalo 20-25 minut. Celkově jsem pro svůj výzkum získala 107 vyplněných dotazníků. Dotazníkové šetření mělo původně být prováděno na dvou školách – na nižším gymnáziu a základní škole. Bohužel se mi kvůli uzavření škol z důvodu koronavirové pandemie podařilo výsledky získat pouze z jedné ze škol, a to z právě výše zmíněného gymnázia.

Výstupem dotazníkového šetření budou celkové výsledky na dané škole a u vybraných otázek se zaměřím na porovnání výsledků mezi třídami nižšího gymnázia. Cílem tohoto porovnání je zjistit, jak se vyvíjí postoj dětí k sociálním sítím a internetu, rodičovský dozor, anebo strávený čas na internetu a sociálních sítích. Oblasti, kterými se dotazník zabývá:

- jaké sociální sítě žáci používají,
- kolik času žáci tráví na internetu a sociálních sítích,
- zda žáci dbají na bezpečné chování na internetu a zda si jsou vědomi rizik internetu,
- zda rodiče mají kontrolu nad časem a chováním žáků na internetu,
- zda žáci sami umí kontrolovat čas strávený na internetu,
- zda v žácích internet a sociální sítě vyvolávají negativní pocity,
- zda je pro ně komunikace přes internet a sociální sítě snazší než v reálném životě.

#### 3.1 Cíle výzkumu, výzkumné otázky a předpoklady

**Hlavní cíl:** Zanalyzovat chování žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem ve spojitosti s informačními a komunikačními technologiemi.

**Hlavní výzkumná otázka:** Jak se chovají žáci nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem ve spojitosti s informačními a komunikačními technologiemi?



**Hlavní předpoklad:** Většina výsledků ohledně chování žáků gymnázia v Roudnici nad Labem ve spojitosti s informačními a komunikačními technologiemi je pozitivní.

U toho předpokladu vycházím z výročních správ Gymnázia Roudnice nad Labem za roky 2016/2017, 2017/2018 a 2018/2019, podle kterých metodická prevence patologických jevů nemusela řešit žádné problémy s policií. Metodická prevence s výchovnou poradkyní společně pracují na zlepšení komunikace ve škole mezi jednotlivými aktéry a na rozvoji pozitivních vztahů mezi žáky. Hlavním úkolem metodicky prevence je více podpořit prevenci v oblasti rizikového chování (Výroční zpráva za školní rok 2018-2019, 2019; Výroční zpráva za školní rok 2017-2018, 2018; Výroční zpráva za školní rok 2016-2017, 2017).

**Dílčí cíl 1:** Zjistit, kolik žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem má zaplacená mobilní data ve svých mobilních telefonech.

**Dílčí cíl 2:** Zjistit, jaká je rodičovská kontrola času stráveného používáním informačních a komunikačních technologií žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem.

**Dílčí cíl 3:** Zjistit, jaké sociální sítě žáci nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem používají nejvíce.

**Dílčí cíl 4:** Zjistit, k čemu žáci nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem využívají informační a komunikační technologie nejvíce.

**Dílčí cíl 5:** Zjistit, zda si jsou žáci nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem vědomi rizik informačních a komunikačních technologií.

**Dílčí cíl 6:** Zjistit, kolik žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem se setkala s některou formou kyberšikany.

**Dílčí výzkumná otázka č. 1:** *Kolik žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem má zaplacená mobilní data?*

**Dílčí předpoklad č. 1:** *Zaplacená mobilní data má více než polovina žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem.*

Podle výzkumné zprávy České děti v kybersvětě (2019) má možnost připojení na internet 59, 1 % dětí bez nutnosti připojení k Wi-fi.

**Dílčí výzkumná otázka č. 2:** *Jaké procento žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem má stanovený limit pro čas strávený na internetu, mobilním telefonem nebo počítači?*

**Dílčí předpoklad č. 2:** *Limit pro čas strávený na internetu, mobilním telefonem nebo počítači má od rodičů stanovený minimálně 60 % žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem.*

Podle výzkumné zprávy Rodič a rodičovství v digitální éře (2018) omezuje přes 73 % rodičů svým dětem čas strávený na internetu.

**Dílčí výzkumná otázka č. 3:** *Jaké sociální sítě žáci nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem používají nejvíce?*

**Dílčí výzkumný předpoklad 3:** *Žáci nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem nejvíce používají Instagram.*

U tohoto předpokladu vycházím z výzkumné zprávy České děti v kybersvětě (2019), kde se Instagram umístil na 4. místě. I přestože se podle této výzkumné zprávy Facebook umístil na 2. místě, tak ho mezi nejvíce používané sociální sítě žáky nezahrnuji, protože jak je vidět výše v kapitole 1.2.1 podle Hegedüše (2018) Facebook ztrácí u dětí a mladých lidí na atraktivitě. Instagram se podle Hegedüše (2018) umístil na 2. místě.

**Dílčí výzkumná otázka č. 4:** *K čemu žáci nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem nejvíce využívají informační a komunikační technologie?*

**Dílčí předpoklad č. 4:** *Žáci nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem využívají informační a komunikační technologie nejvíce ke komunikaci a hraní her.*

U tohoto předpokladu vycházím z výzkumné zprávy České děti v kybersvětě (2019). Podle tohoto výzkumu děti informační a komunikační technologie používají ke komunikaci, sledování videí online a k hraní her. Z těchto tří možností jsem jako předpoklad pro svůj výzkum vybrala komunikaci a hraní her.

**Dílčí výzkumná otázka č. 5:** *Jaká rizika informačních a komunikačních technologií vnímají žáci nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem?*

**Dílčí předpoklad č. 5:** *Žáci nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem jako rizika informačních a komunikačních technologií vnímají zejména sexuální obtěžování, vyhrožování a zneužívání dětí cizími lidmi.*

Jelikož byl v únoru 2020 uveden do kin dokumentární film V síti, který se zabývá tématem sexuálního obtěžování a zneužívání dětí na internetu, odkrývání soukromí na internetu, kybergroomingu atp. Film se ihned stal jedním z nejsledovanějších a nejdiskutovanějších snímků. S filmem V síti také vznikl snímek V síti: Za školou, který byl primárně určen k projekci ve školách (Film V síti o sexuálních predátorech láme rekordy, za víkend ho vidělo 111 tisíc lidí, 2020).

**Dílčí výzkumná otázka č. 6:** *Kolik žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem se setkalo s některým z projevů kyberšikany?*

**Dílčí předpoklad č. 6:** *S některým z projevů kyberšikany se setkalo 50 % žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem.*

U tohoto předpokladu vycházím z Výzkumu rizikového chování českých dětí v prostředí internetu (2013), podle kterého se s kyberšikanou setkalo 50,62 % z respondentů.

### 3.2 Metoda výzkumu

Pro své výzkumné šetření jsem použila kvantitativní výzkum, konkrétně dotazník viz. Příloha 2. Dotazník je nástroj výzkumného postupu skrze dotazování ve formě formuláře, který obsahuje otázky na určité téma (Slovník pojmů, nedatováno). Výhodou dotazníku je to, že za relativně krátký čas jsem získala poměrně velký počet dat. Příprava dotazníku sice byla poměrně náročná, ale pro mé účely to byla i tak nejvhodnější výzkumná metoda. Po dokončení tvorby dotazníku jsem vytištěné dotazníky na začátku března donesla na Gymnázium v Roudnici nad Labem jedné z vyučujících a paní ředitelce na ZŠ Karla Jeřábka v Roudnici nad Labem a dala jsem jim pokyny k vyplnění dotazníků. Na obou školách mělo dojít k rozdělení dotazníků ve 4 třídách v 6. až 9. ročnících. Původním plánem bylo získat alespoň 200 vyplněných dotazníků. Bohužel kvůli zhoršení situace ohledně pandemie nemoci COVID-19 došlo 11. 3. 2020 k uzavření všech škol v České republice a nepodařilo se mi tak získat vyplněné dotazníky ze Základní školy Karla Jeřábka v Roudnici nad Labem. Dotazníky z gymnázia jsem získala vyplněné zpět den před uzavřením škol a celkem jsem tedy získala 107 vyplněných dotazníků. V důsledku toho muselo dojít ke změně cílů a náplně šetření. Původním cílem bylo porovnávat získaná data mezi Gymnáziem v Roudnici nad Labem a Základní školou Karla Jeřábka v Roudnici nad Labem. Jelikož to ale nebylo možné, musela jsem vše změnit tak, aby stačila data pouze z gymnázia. Posledním krokem výzkumu bylo vyhodnocení dotazníků a formulace většiny získaných dat do grafů.

Struktura dotazníku je následující. Dotazník se skládá ze 41 výzkumných otázek. V úvodu dotazníku je krátký text směrem k žákům, kde se představuji, žádám je o vyplnění a ujišťuji je, že se jedná o anonymní dotazník. Poté následují 4 zjišťovací otázky, kterými zjišťuji základní informace o respondentovi - pohlaví, věk, třída, škola. Následující otázky jsou již k tématu internetu a sociálních sítí. Rozložení otázek je následující:

- **2 otevřené otázky**, konkrétně se jedná o otázky 2 a 26,
- **34 uzavřených otázek**, konkrétně se jedná o otázky 1, 3, 4, 5, 6, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 17, 19, 21, 22, 23, 24, 25, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41,
- **5 uzavřených otázek s možností „jiné“**, konkrétně se jedná o otázky 7, 9, 16, 18, 20,

- **žádné škálové otázky.**

Zásadním nedostatkem dotazníkového šetření je počet získaných vyplněných dotazníků. Počet 107 je sice dostačující k vyvození důvěryhodných výsledků, ale původně plánovaný počet výzkumného vzorku 200 by byl jistě pro výzkum přínosnější. Jeden z prvních nedostatků spatřuji v počtu otázek v dotazníku, kterých je celkem 41. Kvůli tomu patří dotazník mezi časově náročnější a je zde velké riziko ztráty pozornosti u většiny otázek. Jako zásadní nedostatek dotazníku považuji i to, že u otázky č. 9 – Jaké používáš sociální sítě jsem nedala na výběr ze sociálních sítí Messenger a Youtube. Podle výzkumné zprávy České děti v kybersvětě (2019) a podle Hegedúše (2018) je Youtube mezi dětmi nejpoužívanější sociální sítí. Podle výzkumné zprávy České děti v kybersvětě (2019) je Messenger 3. nejpoužívanější sociální aplikací u dětí. Ačkoliv žáci měli možnost tyto sociální sítě dopsat do kolonky „jiné,“ pro výsledky výzkumu a jeho přesnost by bylo lepší, kdyby tyto dvě sociální sítě byly u otázky na výběr přímo. Dalším slabým místem dotazníku jsou otázky ohledně influencerů a slavných osobností na internetu, konkrétně otázky č. 17, 18, 19, 20, které jsou nad rámec a v dotazníku vzhledem k cílům výzkumu nejsou nezbytně nutné.

I přes tyto nedostatky ale žáci dotazník vyplnili velice aktivně a z některých odpovědí bylo zřejmé, že je téma zajímavé. Pro výzkum se podařilo získat (až na otázku č. 9) všechna potřebná data.

### **3.3 Výzkumný vzorek**

První čtyři otázky v dotazníku sloužily k rozřazení respondentů do určitých skupin, a to podle pohlaví, věku, třídy a školy.

Dotazník vyplnilo celkem 107 žáků, z toho 47 dívek a 60 chlapců. Průměrný věk respondentů je 13,2 let. V primě (tedy v 6. třídě) dotazník vyplnilo celkem 26 žáků, v sekundě (tedy v 7. třídě) dotazník vyplnilo celkem 29 žáků, v tercii (tedy v 8. třídě) dotazník vyplnilo celkem 25 žáků a v kvartě (tedy v 9. třídě) dotazník vyplnilo celkem 27 žáků. Počty žáků v jednotlivých třídách byly poměrně vyrovnané. Všechny odpovědi na otázku č. 4 „Na jakou školu chodíš?“ byly „gymnázium,“ protože se mi nepodařilo vyplněné dotazníky ze základní školy získat včas kvůli uzavření škol. Uzavření škol

proběhlo dne 11. 3. 2020 mimořádným opatřením, které vydalo Ministerstvo zdravotnictví kvůli nepříznivému vývoji epidemie onemocnění COVID-19.

Pro názornější přehled informací o respondentech, jsou data zobrazena v následující tabulce č. 1:

*Tabulka 1: Základní informace o respondentech (zdroj vlastní)*

pohlaví				
dívky			chlapci	
47			60	
věk				
11 let	12 let	13 let	14 let	15 let
11	21	31	26	18
třída				
prima	sekunda		tercie	kvarta
26	29		25	27

### 3.4 Vyhodnocení a popis výsledků dotazníkového šetření

V následující části bude vyhodnoceno zbylých 37 otázek a výsledky budou popsány. Výsledky budou znázorněny grafem. Použité grafy jsou sloupcové, koláčové nebo pruhové. Sloupcové grafy jsou použity u otázek, kde žáci mohli vybírat více možností. Koláčové grafy jsou použity u otázek, kde byla možné pouze jedna odpověď. Pruhové grafy jsou použity u otázek, kde jsou možné pouze dvě odpovědi. Většinou se jedná o otázky, na které je možnost odpovědi ano a ne. Výsledky jednotlivých výzkumných otázek jsou následující:

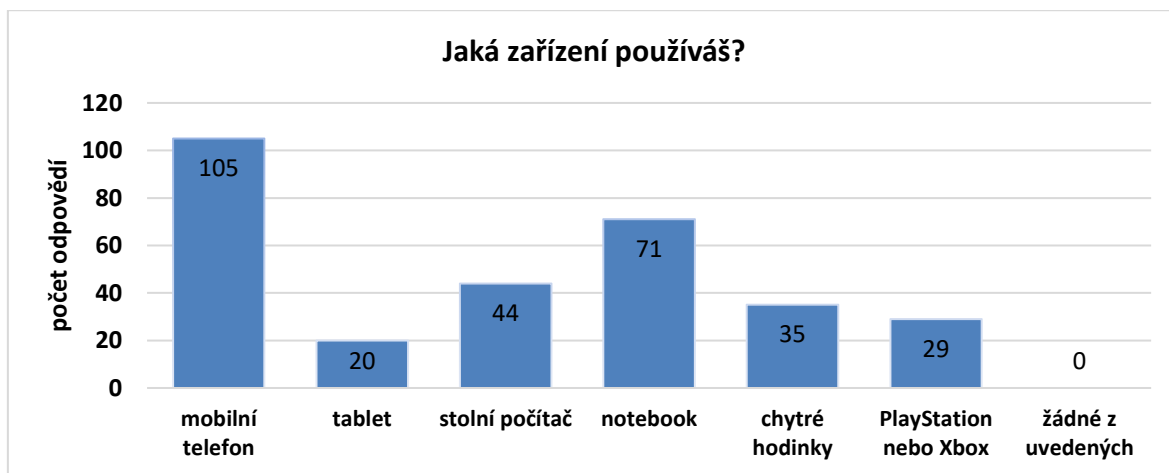
#### Otázka č. 5 - Používáš internet?

Na tuto otázku odpověděli všichni žáci. Celkem používá internet 97 % všech dotázaných, tzn. 104 žáků. Pouhá 3 % procenta, tedy 3 žáci, internet nepoužívá.

#### Otázka č. 6 - Zakroužkuj, jaká zařízení používáš.

Tato otázka se týká všech moderních zařízení, na kterých je možné se připojit k internetu a jsou běžně dostupné a známé. Mezi zařízení, ze kterých respondenti mohli vybírat, jsem

zařadila mobilní telefon, tablet, stolní počítač, notebook, chytré hodinky, Playstation nebo Xbox. Respondenti u této otázky měli možnost zvolit více možností.

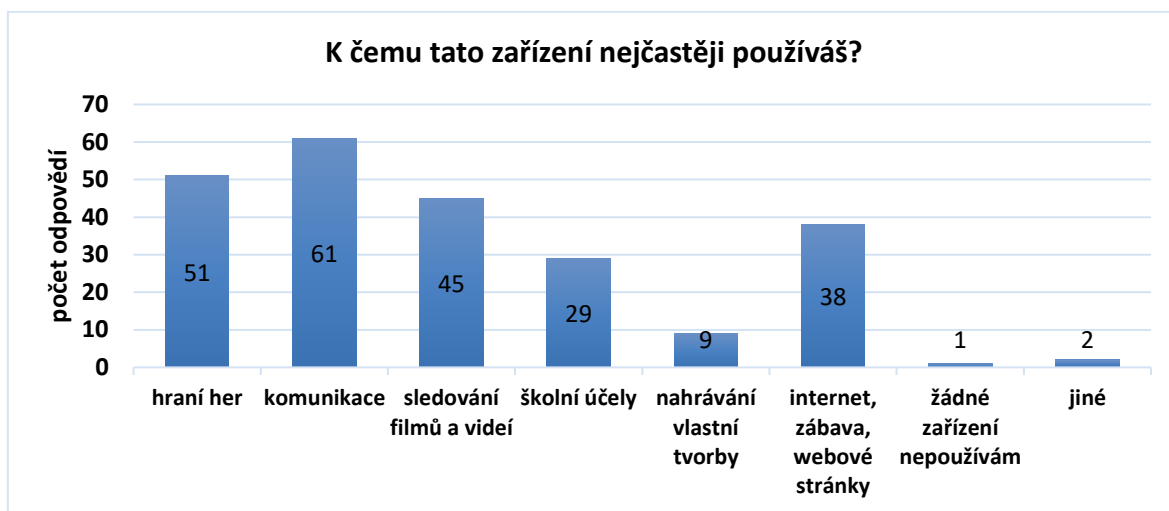


Graf 1: Jaká zařízení používáš? (zdroj vlastní)

Celkový počet odpovědí je 304. Mezi odpověďmi výrazně převažoval mobilní telefon, který získal 105 odpovědí, což odpovídá 35 % z 304 odpovědí. Druhou nejčastější odpovědí byl notebook, který získal 71 odpovědí (23 %). Stolní počítač získal 44 odpovědí (14 %), chytré hodinky získaly 35 odpovědí (12 %) a Playstation nebo Xbox získaly 29 odpovědí (10 %). Nejméně používaný mezi žáky je tablet, který získal pouze 20 odpovědí (7 %). Možnost „žádné z uvedených“ ne zvolil ani jeden žák.

#### Otázka č. 7 - K čemu tato zařízení nejčastěji používáš?

U otázky číslo 7 nebylo možné vybrat více odpovědí, ale několik žáků i tak označilo více odpovědí. Na otázku odpovědělo všech 107 respondentů, ale počet získaných odpovědí je 236. Žáci zařízení nejčastěji používají ke komunikaci (61 odpovědí, což odpovídá 26 % z 236) a nejméně k nahrávání vlastní tvorby (9 odpovědí, 4 %). Možnost „hraní her“ byla zvolena celkem 51x (22 %) a jedná se tak o druhou nejčastější odpověď. Možnost „sledování filmů a videí“ byla zvolena 45x (19 %) a možnost „internet, zábava, webové stránky“ získala 38 odpovědí (16 %). Možnost „školní účely“ byla zvolena 29x (12 %). Možnost „jiné“ byla zvolena pouze dvakrát (1 %). Doplněny byly tyto odpovědi - „psaní románů“ a „učení, ale ne do školy“. Odpověď „žádná zařízení nepoužívám“ byla zvolena pouze jedenkrát (0,5 %).



Graf 2: K čemu tato zařízení nejčastěji používáš? (zdroj vlastní)

#### Otázka č. 8 - Pokud vlastníš mobilní telefon, máš v něm zaplacená mobilní data?

Zaplacená data pro užívání internetu v mobilním telefonu má 68 %, tedy 73 žáků, což je nadpoloviční většina. Naproti tomu 32 %, tedy 34 žáků, zaplacená data v mobilním telefonu nemá.

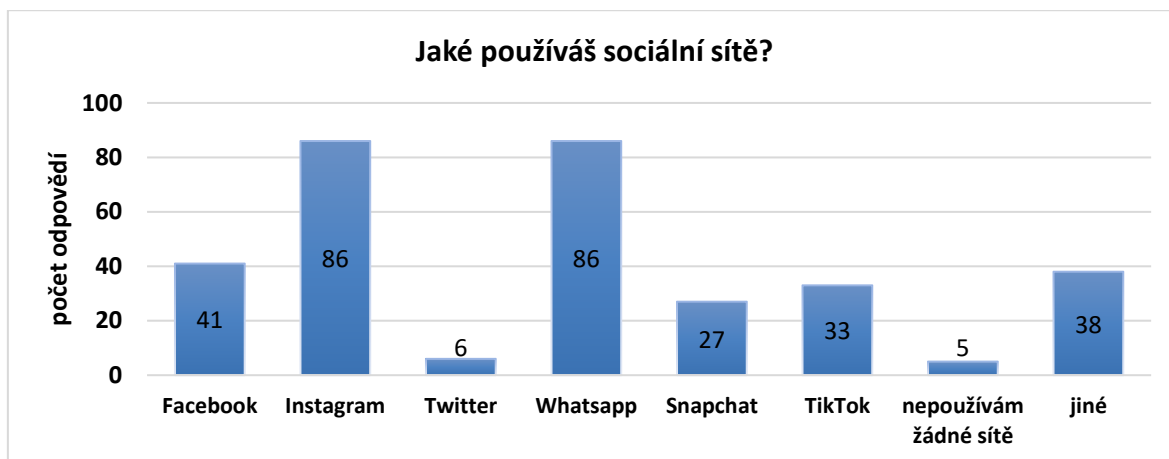
#### Otázka č. 9 - Jaké používáš sociální sítě?

Na otázku ohledně sociálních sítí bylo možné zvolit více odpovědí. Žáci mohli vybírat ze sociálních sítí Facebook, Instagram, Twitter, WhatsApp, Snapchat a Tiktok. Žáci měli také možnost zvolit odpověď „jiné“ a doplnit nějakou jinou sociální síť, která nebyla na výběr.

Celkový počet odpovědí na tuto otázku byl 322. Nejvíce používaný mezi žáky je Instagram (86 odpovědí, což je 27 % z 322) a WhatsApp (86 odpovědí, 27 %). Nejméně žáci používají Twitter (6 odpovědí, 2 %). Facebook získal 41 odpovědí (13 %), Tiktok 33 odpovědí (10 %) a Snapchat 27 odpovědí (8 %). Možnost „jiné“ byla zvolena celkem 38x (12 %) a bylo celkem získáno 56 odpovědí, jelikož někteří žáci napsali více možností. Nejčastěji byl doplňován Messenger (19 odpovědí) a Youtube (19 odpovědí). Další zmíněné sociální sítě byly Wattpad (2 odpovědi), MadLipz (3 odpovědi), Discord (1 odpověď), Viber (2 odpovědi), Soundboard (1 odpověď), Skype (1 odpověď), Pinterest

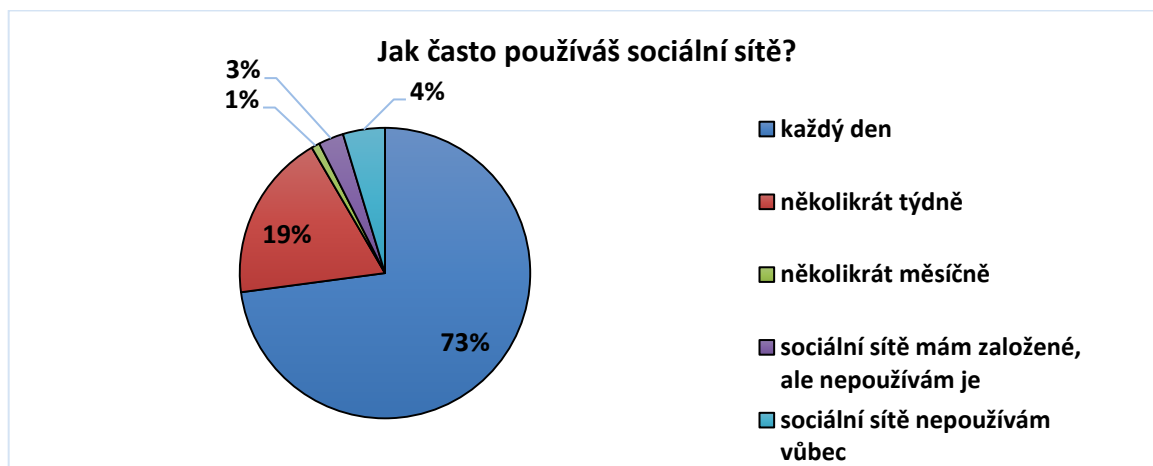


(5 odpovědí) a Reddit (3 odpovědi). Možnost „nepoužívám žádné sociální sítě“ byla zvolena 5x.



Graf 3: Jaké používáš sociální sítě? (zdroj vlastní)

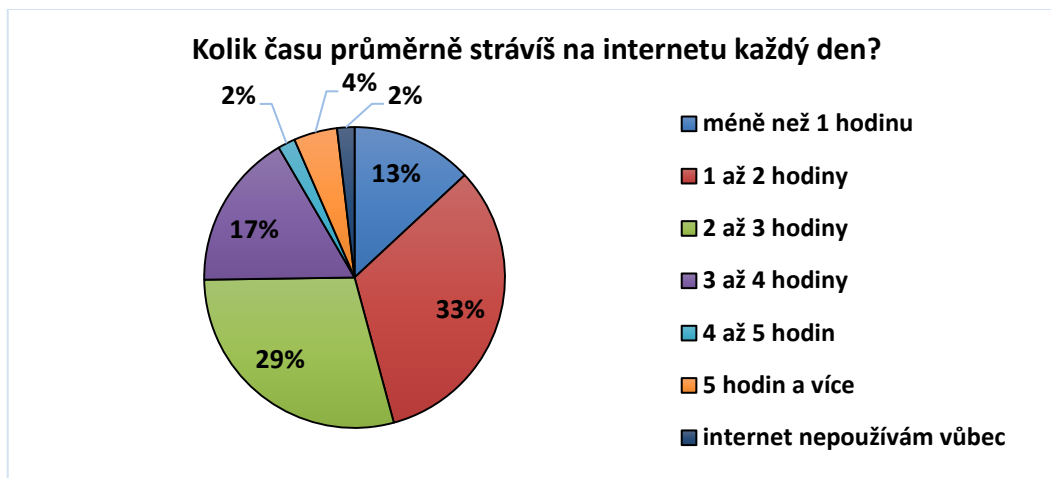
#### Otázka č. 10 - Jak často používáš sociální sítě?



Graf 4: Jak často používáš sociální sítě? (zdroj vlastní)

Sociální sítě používá každý den většina žáků, a to 73 %, tedy 78 žáků. Úplné minimum žáků sociální sítě nepoužívá vůbec (4 %, 5 žáků) nebo několikrát za měsíc (1 %, 1 žák). Necelá pětina (19 %, 20 žáků) používá internet několikrát za týden. Sociální sítě mají založené, ale nepoužívají je 3 %, tedy 3 žáci.

### Otázka č. 11 - Kolik času průměrně strávíš na internetu každý den?

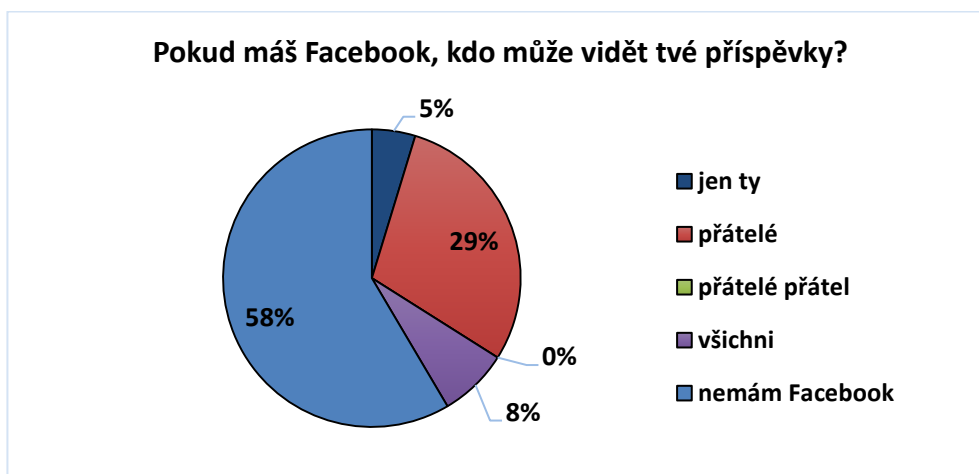


Graf 5: Kolik času průměrně strávíš na internetu každý den? (zdroj vlastní)

Čas strávený na internetu se mezi žáky liší. Nejméně žáků tráví na internetu méně než 1 hodinu denně (13 %, 14 žáků), 5 hodin a více (4 %, 5 žáků), vůbec (2 %, 2 žáci) nebo 4 až 5 hodin denně (2 %, 2 žáci). Nejvíce žáků (33 %, 35 žáků) tráví 1 až 2 hodiny denně na internetu, což je docela pozitivní výsledek. 2 až 3 hodiny denně na internetu tráví 29 %, tedy 31 žáků a 3 až 4 hodiny denně na internetu tráví 17 %, tedy 18 žáků.

Tyto výsledky jasně odráží dnešní dobu, kdy technologie jsou neodmyslitelnou součástí života. Počet strávených hodin na internetu je celkově ale poměrně vysoký.

### Otázka č. 12 - Pokud máš Facebook, kdo může vidět tvé příspěvky?

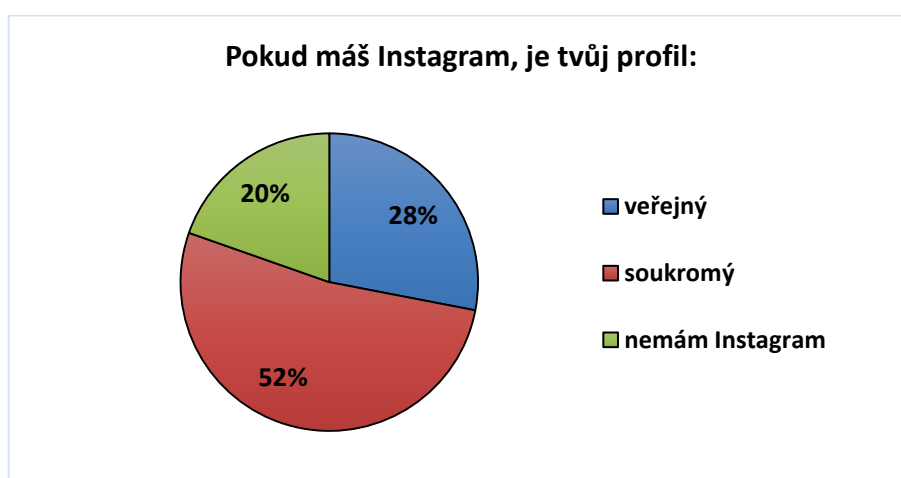


Graf 6: Pokud máš Facebook, kdo může vidět tvé příspěvky? (zdroj vlastní)

Facebook v dnešní době není mezi žáky moc používaný, protože ho nemá více než polovina - celkem 58 %, tedy 62 žáků. Co se týče soukromí, tak z těch, kteří Facebook používají, má většina svůj profil nastavený tak, aby příspěvky viděli jen přátelé (29 %, 31 žáků). Celkem 8 %, tedy 8 žáků, nemá nijak zabezpečený profil a vše na jejich profilu může vidět každý a celkem 5 %, tedy 5 žáků, má příspěvky nastavené na „jen ty,“ což znamená, že kromě jich samotných nemůže nikdo jiný vidět, co mají na profilu.

### Otázka č. 13 - Pokud máš Instagram, je tvůj profil:

Profil na Instagramu lze nastavit dvojím způsobem - na soukromý a veřejný. Pokud mají uživatelé veřejný profil, na jejich profil se může podívat úplně kdokoliv. Pokud je profil nastaven jako soukromý a někdo chce vidět jeho příspěvky, musí mu nejprve zaslat žádost o povolení sledování a dotyčný musí žádost schválit (Jak si nastavím instagramový účet jako soukromý, aby mohli moje příspěvky vidět pouze sledující, které schválím? Nedatováno).



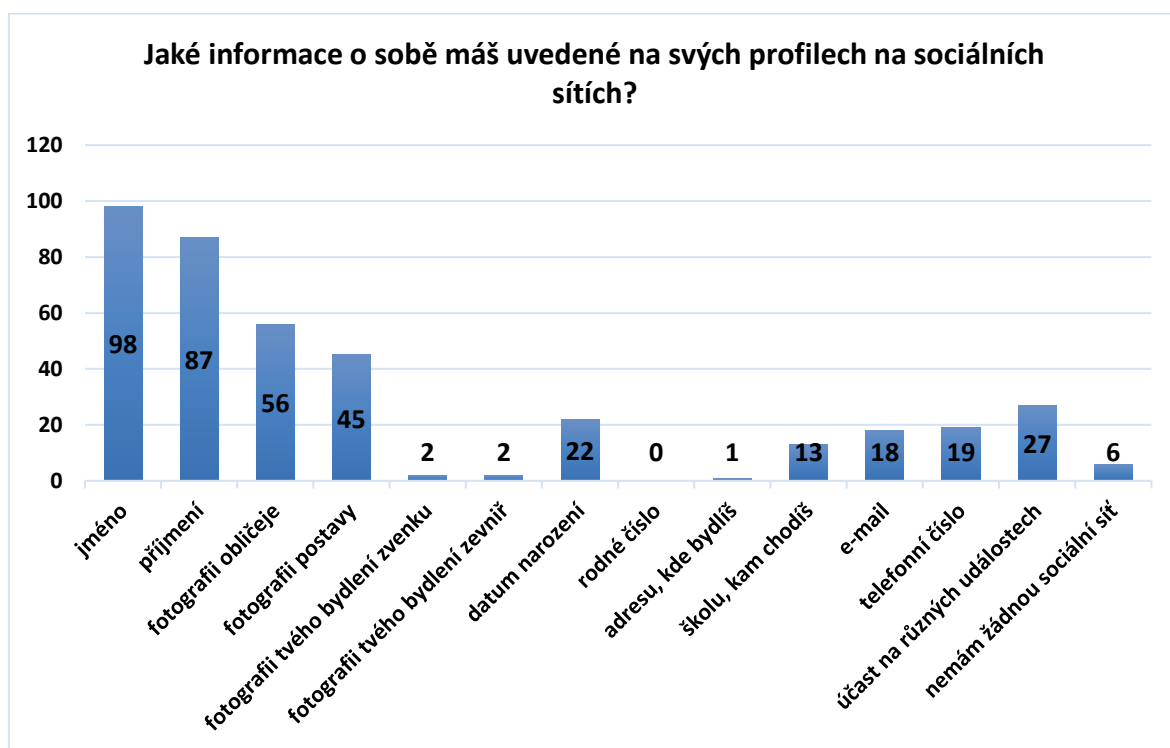
Graf 7: Pokud máš Instagram, je tvůj profil: (zdroj vlastní)

Instagram nemá pouze 20 %, tedy 21 žáků. Pozitivní výsledek je, že nadpoloviční většina (52 %, tedy 56) žáků, kteří mají založený Instagram, má soukromý profil. Veřejný profil má 28 %, tedy 30 žáků, což je i tak poměrně vysoké číslo a nabízí se otázka bezpečnosti.

#### Otázka č. 14 - Jaké informace o sobě máš uvedené na svých profilech na sociálních sítích?

Žáci u této otázky mohli vybírat více odpovědí, celkový počet odpovědí je 396. Záměrem této otázky bylo zjistit, jaké osobní údaje žáci veřejně sdílí.

Nejvíce žáků uvádí na svém profilu jméno (98 odpovědí, což je 25 % z 396) a většina žáků uvádí i příjmení (87 odpovědí, 22 %). Celkem 14 % dotazovaných má na svém profilu fotografii svého obličeje (56 odpovědí) a 11 % dotazovaných žáků má na svém profilu fotografii své postavy (45 odpovědí). Celkem 27x (7 %) byla zvolena možnost „účast na různých událostech“ a celkem 22x (6 %) byla zvolena možnost „datum narození.“ Všechny ostatní možnosti získaly minimum odpovědí – telefonní číslo (19 odpovědí, 5 %), e-mail (18 odpovědí, 5 %), adresa školy (13 odpovědí, 3 %), fotografie bydliště zvenku (2 odpovědi, 0,5 %), fotografie bydliště zevnitř (2 odpovědi, 0,5 %), adresa bydliště (1 odpověď, 0,25 %). Rodné číslo na svých sociálních sítích neuvádí žádný ze žáků.



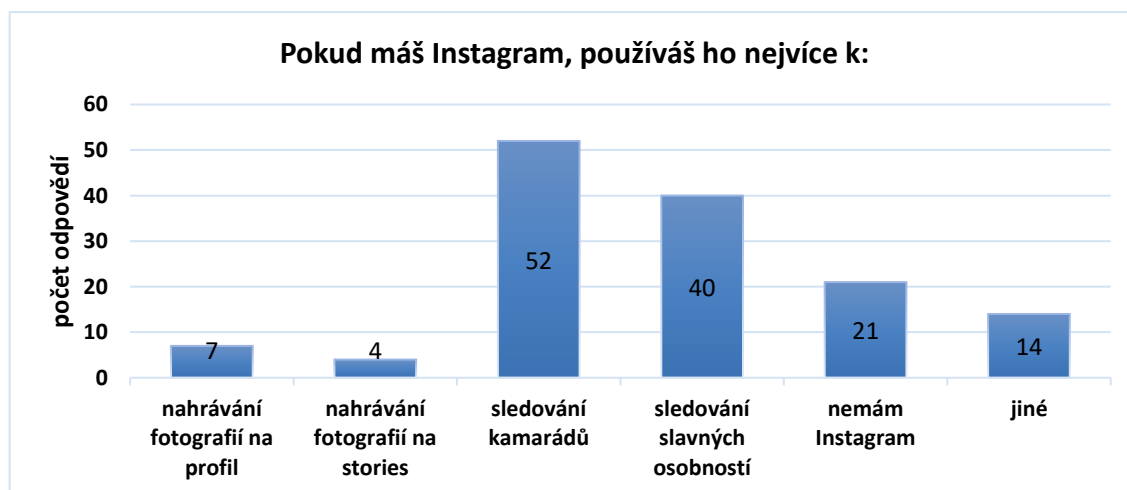
Graf 8: Jaké informace o sobě máš uvedené na svých profilech na sociálních sítích? (zdroj vlastní)

### Otázka č. 15 - Uvádíš o sobě na svých profilech na sociálních sítích vždy pravdu?

Téměř dvě třetiny žáků (65), tedy 62 %, na sociálních sítích o sobě uvádí pravdivé informace. Celkem 30 % žáků (31) o sobě na sociálních sítích pravdu neuvádí. Zbýlých 8 % (8) nemá žádný založený účet na sociálních sítích.

### Otázka č. 16 - Pokud máš Instagram, používáš ho nejvíce k:

U této otázky nebyla možnost vybírat více odpovědí, žáci ale i tak často zakroužkovali více než jednu možnost a dohromady je počet odpovědí 138. Z toho nejvíce žáci využívají sociální síť Instagram ke sledování kamarádů (52 odpovědí, což odpovídá 38 % ze 138) a slavných osobností (40 odpovědí, 29 %). Nahrávání fotografií ať už na profil (7 odpovědí, 5 %) nebo na „Stories“ (4 odpovědi, 3 %) praktikuje naprostá menšina. Odpověď „nemám Instagram“ byla zvolena celkem 21x (15 %).



Graf 9: Pokud máš instagram, používáš ho nejvíce k: (zdroj vlastní)

Možnost „jiné“ se vyskytla celkem 14x (10 %) a žáci doplňovali následující vlastní odpovědi:

- komunikace (6x),
- sledování vtipných příspěvků / stránek (2x),
- sledování stránek s fakty, sledování zajímavých videí (2x),
- sledování aut (2x),
- tvorba a sledování Memes (2x).

Jako „Memes“ se označují nápady nebo myšlenky, které se rychle šíří internetem většinou ve formě obrázku (Meme, nedatováno).

#### **Otázka č. 17 - Co to je influencer?**

U této otázky bylo na výběr celkem 5 možností a na otázku odpověděli všichni žáci. Odpověď „každý, kdo má Youtube“ nezvolil žádný z žáků. Odpovědi „člověk, který dělá reklamy za peníze na produkty, které nepoužívá“ a „každý, kdo má Instagram“ zvolili u obou 2 žáci (2 %). Odpověď „někdo, kdo ovlivňuje lidi přes Youtube“ vybrali 3 žáci (3 %). Zbýlých 100 odpovědí (93 %) bylo správných, jednalo se o možnost: „Člověk, který ovlivňuje významné množství lidí. V praxi jsou jimi v marketingu nejčastěji označováni youtuberi, instagrameři a další, kteří jsou populární ve svých oborech a sleduje je tak významný počet lidí“ (Rostecký, nedatováno).

#### **Otázka č. 18 - Pokud populární nebo tvoje oblíbená osoba na sociálních sítích něco doporučí, věříš jí?**

Na tuto otázku odpovědělo ze 107 pouze 103 respondentů. Nejméně žáků, pouze 2, vybralo odpověď „ne, populárním lidem na sociálních sítích nevěřím, protože už mi několikrát věc na jejich doporučení nevyhovovala.“ Dohromady 4 žáci zvolili možnost „ano, rád si koupím věc na jeho doporučení, i když je osobně nepotřebuji.“

Odpověď „ne, populárním lidem na sociálních sítích nevěřím, protože jde pouze o zaplacenou reklamu,“ zvolilo celkem 36 žáků. Nejvíce odpovědí získala možnost „ano, pokud něco potřebuji a nemohu se rozhodnout pro značku, dám na radu populární osoby na sociálních sítích,“ a to dohromady 50 žáků. Možnost jiné vybralo 11 žáků, kteří doplnili tyto odpovědi - „Je mi to jedno“ a „ne, nemám peníze“ a „věřím jim jen něco“ a „rozhodují se sám“ a „nemám sociální sítě“ a „pokud něco potřebuji, tak se třeba podívám na jejich radu, ale pak si vyberu podle sebe“ a „populární lidi vůbec nesleduji“ a „reklamy na internetu většinou ignoruji“ a „většinou tyto věci přehlížím a pokud chci (pokud bych chtěla) nějaký předmět zakoupit, podívám se na recenze produktů z ověřených stránek“ a „nejprve si rozmyslím, jestli to potřebuji“ a „žádný člověk, kterého sleduji, nic

*nedoporučuje“ a „nevím, nikdy jsem se do takové situace nedostala“ a „neberu na to ohled.“*

Z toho vyplývá, že většina žáků přemýšlí o tom, co potřebuje a nenechá se ovlivnit reklamou, i přestože reklamu dělá jejich oblíbený člověk na sociálních sítích. Poměrně velká část žáků ale dá na radu svého oblíbence na sociálních sítích, pokud se nedokáže rozhodnout a v tomto případě by se o jistém ovlivnění dalo uvažovat.

#### **Otázka č. 19 - Koupil/a sis někdy něco na doporučení někoho známého nebo tebou oblíbeného člověka ze sociálních sítí?**

Tvrzení, že se žáci nenechají reklamou moc ovlivnit, jak je již zmíněno u otázky výše, se potvrzuje i u této otázky. Téměř dvě třetiny žáků, konkrétně 63 % (67 žáků) nikdy nekoupila nic na doporučení někoho známého na internetu. Více než jedna třetina žáků, konkrétně 37 % (39 žáků), koupila produkt na doporučení někoho známého z internetu.



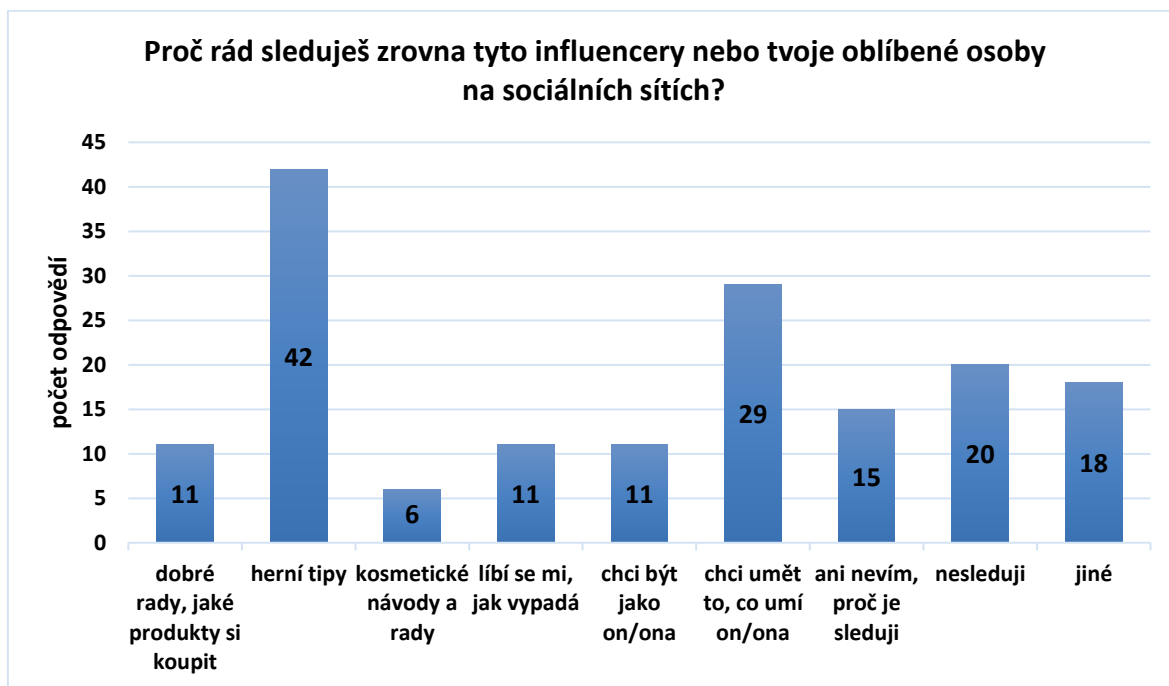
*Graf 10: Koupil/a sis někdy něco na doporučení někoho známého nebo tebou oblíbeného člověka ze sociálních sítí? (zdroj vlastní)*

#### **Otázka č. 20 - Proč rád sleduješ zrovna tyto influencery nebo tvoje oblíbené osoby na sociálních sítích?**

Žáci u této otázky mohli zvolit více odpovědí a celkem bylo získáno 163 odpovědí. Z toho mezi žáky nejvíce převažovala odpověď „herní tipy“ s celkovým počtem 42 (26 %). Odpověď, že nesledují slavné osobnosti vůbec, byla zvolena 20x (12 %). Odpověď „chci umět to, co umí ona/ona“ byla zvolena celkem 29x (18 %) a odpověď „ani nevím, proč je sleduji“ byla zvolena 15x (9 %). Celkem 11x (7 %) byla zvolena odpověď, že slavné osobnosti na internetu dávají dobré rady, jaké produkty si koupit. Odpověď „líbí se mi, jak

slavná osobnost vypadá“ byla také zvolena 11x (7 %) a stejně tak odpověď „chci být jako on/ona“ (11 odpovědí, 7 %). Odpověď „kosmetické rady a tipy“ získala pouze 6 odpovědí (4 %). Možnost „jiné“ byla zvolena 18x (11 %) a doplnili následující odpovědi: 6x „zábava“ a „příběhy z jejich života“ a „zajímá mě jejich život, ale vím, že to vždy není úplně pravda, co říkají a jak se chovají“ a „inspirace na kreslení“ a „kvůli učení různých jazyků“ a „protože je mám celkově ráda, mile působí“ a „někdy jsou vtipní, někdy ne“ a 4x „stránky s jídlem, recepty“ a „příspěvky o autech“ a „líbí se mi jejich životní styl i hudba, oblékání atd., ale nechci být jako oni“ a „pro odreagování“ a „zdravý životní styl“ a „získávání informací“ a „vtipná i poučná videa.“

Z odpovědí žáků vyplývá, že ve slavných osobnostech na internetu má poměrně velká část z nich vzor. Spoustu žáků také používá internet a slavné účty k vylepšování svých koníčků a dovedností, jako je např. vaření, jazyky či kreslení. U spousty z nich je hlavním faktorem toho, proč je sledují, zábava a to, že dané účty sledují, nemá žádný velký význam, jen to, že je to baví.



Graf 11: Proč rád sleduješ zrovna tyto influencery nebo tvoje oblíbené osoby na sociálních sítích? (zdroj vlastní)



**Otázka č. 21 - Myslíš si, že život populárních lidí / influencerů je opravdu takový jako na sociálních sítích?**

Žáci si zcela jednoznačně myslí (93 %, tedy 98 žáků), že život slavných lidí na sociálních sítích ve skutečnosti není takový jako ve skutečnosti. Pouhých 7 % žáků (7) věří, že život slavných lidí je opravdu takový, jaký ho prezentují na sociálních sítích.

**Otázka č. 22 - Cítíš se někdy ve stresu nebo pod tlakem ze všeho, co vidíš na sociálních sítích?**



*Graf 12: Cítíš se někdy ve stresu nebo pod tlakem ze všeho, co vidíš na sociálních sítích? (zdroj vlastní)*

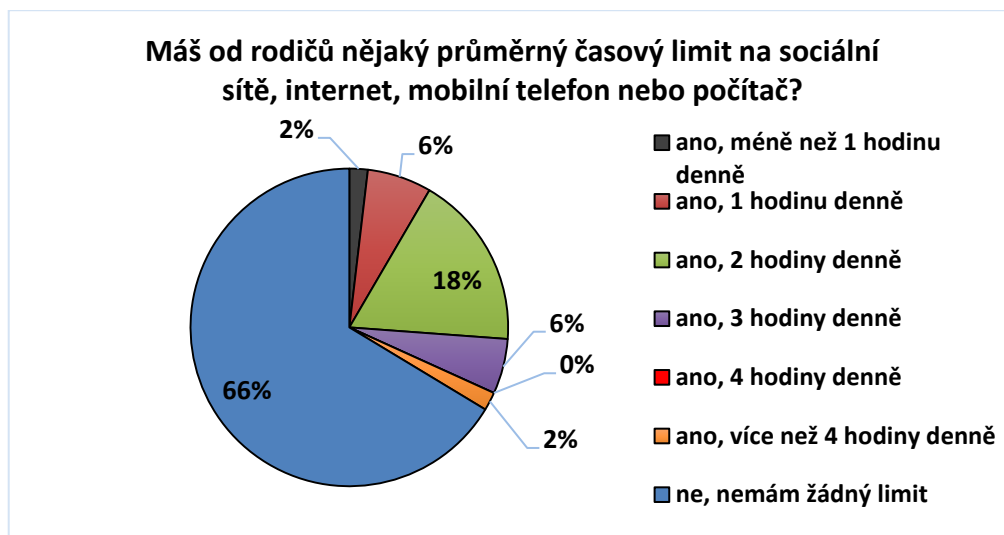
Většina žáků (tedy 79 %, 84 žáků) se necítí nijak pod tlakem ani ve stresu z toho, co vidí na sociálních sítích. Ale 21 %, tedy 22 žáků, ano, což znamená, že každý 5. žák se cítí pod tlakem nebo ve stresu ze sociálních sítí, a to není úplně pozitivní výsledek.

Nejen u těchto, ale preventivně u všech žáků, by bylo dobré zařadit do výuky nějaké aktivity k podpoření kritického myšlení. Je nutné, aby si žáci uvědomili, že ne vše je ve skutečnosti takové, jaké to někdo prezentuje, a že se na skutečnosti musí dívat z více úhlů pohledu.

**Otázka č. 23 - Máš od rodičů nějaký průměrný časový limit na sociální sítě, internet, mobilní telefon nebo počítač?**

Ze všech žáků dvě třetiny, konkrétně 66 % (71) žáků, nemá žádný limit stanovený rodiči na trávení času na internetu nebo počítači či mobilním telefonem. Limit 2 hodiny denně má 19 žáků, což je 18 %. Pouze 6 % (7) žáků, má od rodičů limit 1 hodinu denně a 6 % (7)

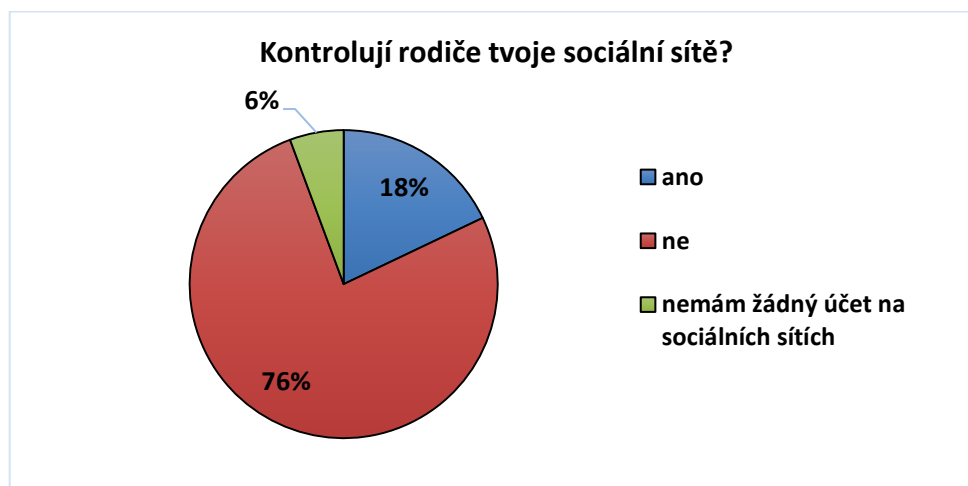
žáků, má limit 3 hodiny denně. Limit méně než 1 hodinu denně mají pouze 2 žáci, což jsou 2 % a limit více než 4 hodiny denně mají také 2 žáci, tedy 2 %.



Graf 13: Máš od rodičů nějaký průměrný časový limit na sociální síť, internet, mobilní telefon nebo počítač? (zdroj vlastní)

Z toho vyplývá, že rodičovská kontrola trávení času žáků na internetu nebo počítači či telefonu je nízká. Z uvedených výsledků mají žáci v tomto ohledu od rodičů velkou volnost.

#### Otázka č. 24 - Kontrolují rodiče tvoje sociální síť?



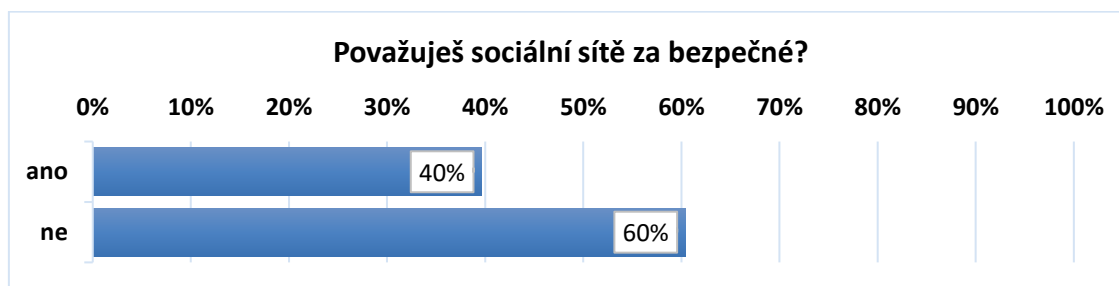
Graf 14: Kontrolují rodiče tvoje sociální síť? (zdroj vlastní)

Kontrola rodičů sociálních sítí je podle výsledků nízká. Celkem 81 rodičů, což je 76 %, nekontroluje sociální sítě svých dětí. Pouhých 19 rodičů, tedy 18 %, sociální sítě svých dětí kontroluje. Žádný účet na sociálních sítích nemá 6 žáků, tedy 6 %.

Vzhledem ke všem známým rizikovým skutečnostem, ke kterým na internetu může docházet, je rodičovská kontrola nízká. Otázkou zůstává, zda tyto výsledky jsou reálná skutečnost, nebo děti o kontrole pouze neví.

#### **Otázka č. 25 - Považuješ sociální sítě za bezpečné?**

Výsledek odpovědí na tuto otázku je poměrně vyrovnaný. Dohromady 40 % (42) žáků sociální sítě považuje za bezpečné a 60 % (64) žáků je za bezpečné nepovažuje.



*Graf 15: Považuješ sociální sítě za bezpečné? (zdroj vlastní)*

Žáků, kteří sociální sítě považují za bezpečné, je poměrně hodně. Je otázkou, zda se chovají bezpečně a jsou si vědomi všech rizik a jak jim předcházet, a proto nemají důvod v nich hledat nebezpečí, nebo zda jenom rizika neznají a nevědí, co vše se může stát. Edukace v tomto ohledu by u žáků nižšího gymnázia byla žádoucí.

#### **Otázka č. 26 - Pokud sociální sítě nepovažuješ za bezpečné, tak jaká vnímáš rizika internetu a sociálních sítí?**

Tato otázka byla otevřená a žáci doplňovali vlastní odpovědi. Celkem odpovědělo 63 žáků. Všechny odpovědi žáků jsou doslovně vypsány v tabulce viz. Příloha 1. Mezi odpověďmi žáků se často vyskytovalo vydírání, obtěžování, sexuální zneužívání, počítačové viry, ohrožení soukromí, falešné identity nebo kyberšikana. Z těchto odpovědí je patrné, že žáci

vědí o rizikách internetu a sociálních sítí, je ale zjevné, že dané znalosti nemají ustálené či uspořádané. Nenásilná edukace ze strany školy by žákům velice prospěla.

Vyskytly se i odpovědi „*když se budu chovat bezpečně, tak v nich nevidím důvod ke strachu*“ nebo „*nedávám tam žádné věci, které by nějak "ohrožovaly" moji kariéru.*“ Tento typ odpovědí ukazuje, že žáci si jsou vědomí toho, že musí dodržovat zásady bezpečného chování na internetu, což je pozitivní.

### Otázka č. 27 až otázka č. 33

Následující otázky a jejich výsledky jak v procentech, tak počty odpovědí jsou kvůli přehlednosti zobrazené v tabulce č. 2 níže.

Tabulka 2: Shrnutí otázek 27 až 33 (zdroj vlastní)

otázka	ANO		NE	
	počet procent	počet odpovědí	počet procent	počet odpovědí
č. 27	Myslíš často na to, co budeš dělat na internetu, když na něm zrovna nejsi připojený?			
	18%	19	82%	87
č. 28	Zvládáš kontrolovat nebo omezit svůj strávený čas na internetu?			
	85%	90	15%	16
č. 29	Používáš nějakou aplikaci nebo program, který ti měří čas strávený na internetu nebo u obrazovky?			
	48%	50	52%	55
č. 30	Cítíš naštvanost nebo podrážděnost, když máš vypnout internet?			
	15%	16	85%	89
č. 31	Stává se ti, že na internetu strávíš více času, než jsi původně plánoval/a?			
	76%	81	24%	25
č. 32	Stává se ti, že dáváš přednost internetu před svými koníčky, domácími úkoly nebo jinými povinnostmi?			
	28%	30	72%	76
č. 33	Pokud máš někdy špatnou náladu, pomůže ti pobyt na internetu pro zlepšení nálady?			
	73%	77	27%	29

Výsledky prvních čtyř otázek jsou poměrně příznivé. Více než tři čtvrtiny žáků, konkrétně 87 (82 %), nemyslí na internet, když nejsou připojeni a zvládají omezit čas strávený na internetu, konkrétně 90 (85 %). Na internet myslí, když nejsou připojeni, celkem 19 žáků (18 %). Kontrolovat čas strávený na internetu nezvládá 16 žáků (15 %).

Co se týče aplikací, které pomáhají hlídat čas strávený na internetu, je výsledek dost vyrovnaný. 50 žáků (48 %) nějakou takovou aplikaci používá a 55 žáků (52 %) nepoužívá.

Naštvanost či podrážděnost, pokud musí vypnout internet, cítí jen 16 žáků (15 %) a 89 žáků (85 %) naštvanost nebo podrážděnost necítí.

Nepříznivý výsledek je u otázky, zda žáci stráví na internetu více času, než plánovali, a zda dávají přednost internetu před svými povinnostmi nebo koníčky. 81 žáků (76 %) tráví na internetu delší čas, než měli v plánu, a 25 žáků (24 %) na internetu nestráví víc času, než měli v plánu. 76 žáků (72 %) dává přednost internetu před koníčky nebo povinnostmi a 30 žáků (28 %) internetu před koníčky a povinnostmi přednost nedává.

Celkem 77 žáků (73 %) využívá internet ke zlepšení nálady a 29 žáků (27 %) internet pro zlepšení nálady nevyužívá.

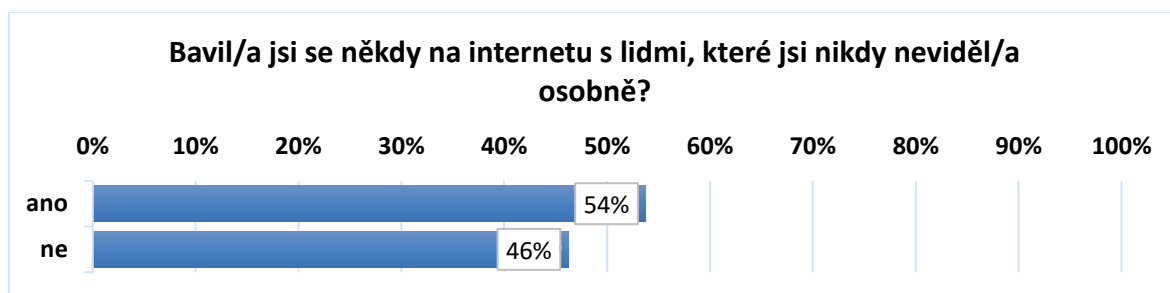
S tím, aby děti dokázaly kontrolovat svůj strávený čas na internetu, by mohly pomoci již zmíněné aplikace nebo větší rodičovská kontrola. Rodičovská kontrola by mohla pomoci i v případě dávání přednosti internetu před povinnostmi nebo koníčky.

#### **Otázka č. 34 - Zakroužkuj, pokud si se něčím z uvedených možností setkal/a na internetu.**

U této otázky žáci mohli zakroužkovat více odpovědí a celkově jich bylo získáno 133. Celkem 16 odpovědí, což je 12 % ze 133, získala možnost „někdo tě ponižoval nebo urážel veřejně“ a 25 odpovědí (19 %) získala možnost „někdo tě ponižoval nebo urážel v soukromé konverzaci.“ Žádnému žákovi nikdo přes internet nevyhrožoval nebo ho nevydíral. Možnost „někdo šířil tvoje fotografie či videa na internetu, i když jsi s tím nesouhlasil/a“, byla zvolena celkem 13x (10 %) a 11x (8 %) byla zvolena možnost „někdo tě obtěžoval přes sociální sítě (komentováním příspěvků, v soukromých zprávách atd.), i přestože jsi dal/a najevo, že si kontakt s dotyčným nepřeješ.“ Možnost se zneužitím fotografie a vydáváním se za osobu na fotografii byla zvolena pouze jednou (1 %). Naproti tomu 67x (50 %) byla zvolena možnost „nesetkal/a jsem se ani s jednou možností,“ což znamená, že výše zmíněné negativní zkušenosti s jevy na internetu nemá více než polovina žáků.

**Otázka č. 35 - Bavil/a jsi se někdy na internetu s lidmi, které jsi nikdy neviděl/a osobně?**

54 %, tedy 57 dotazovaných žáků, se někdy bavilo na internetu s někým, koho nikdy neviděli osobně, a 46 %, tedy 49 dotazovaných žáků, se s nikým s nikým cizím na internetu nebavilo.



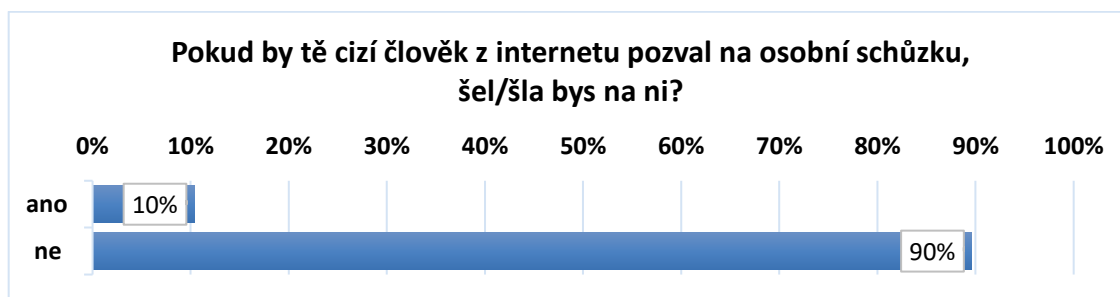
*Graf 16: Bavil/a jsi se někdy na internetu s lidmi, které jsi nikdy neviděl/a osobně? (zdroj vlastní)*

Tento výsledek je poměrně alarmující, ale nemáme k němu žádné další informace, takže z toho nelze vyvodit nic konkrétního. Za cizí se mohou považovat jak starší osoby úplně z jiného města, tak vrstevníci z jiné školy, se kterými se opravdu nikdy nesetkali a kamarádi se pouze přes sociální sítě. Ať už dotazovaní pochopili slovo „cizí“ jakkoliv, určitě by byla vyšší kontrola ze strany rodičů na místě. Tímto tématem se také zabývá již výše zmíněný dokumentární film *V síti*, který by se dal využít ve škole pro edukaci dětí ohledně této problematiky.

**Otázka č. 36 - Pokud by tě cizí člověk z internetu pozval na osobní schůzku, šel/šla bys na ni?**

Naprostá většina (95) respondentů, tedy 90 %, by na osobní schůzku s někým cizím z internetu nešla. Z respondentů by 10 %, tedy 11, na osobní schůzku šlo.

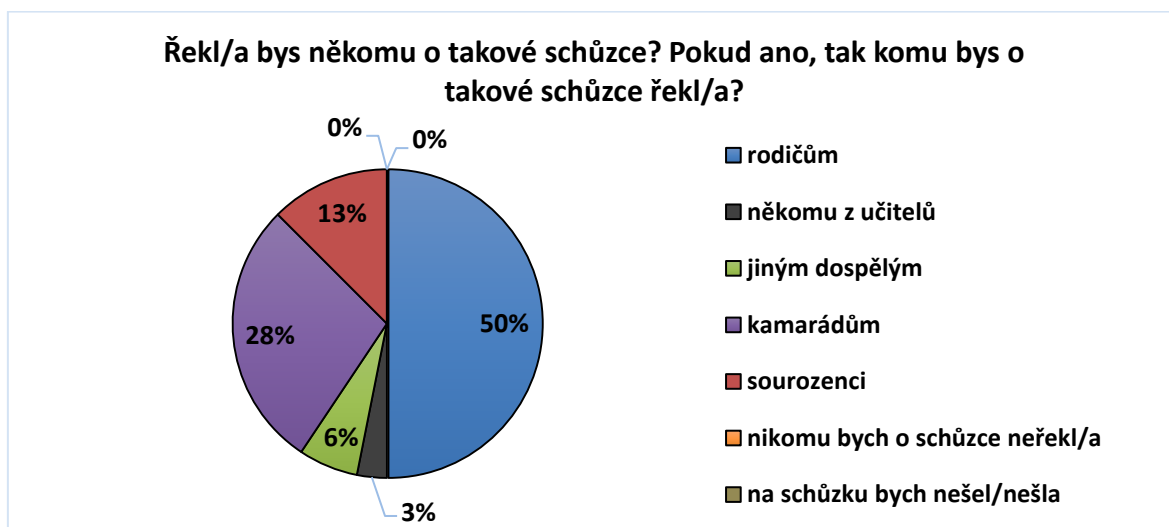
Vyvstává zde stejná otázka jako u předchozí otázky, jak děti vnímaly pojem „cizí.“ V případě, že by jej vnímaly jako internetového kamaráda z jiné školy, je takové chování v pořádku. Pokud tím myslí úplně kohokoliv, i starší osoby, v pořádku to není. Edukace ze strany školy i vyšší rodičovská kontrola by byla v takovém případě na místě.



Graf 17: Pokud by tě cizí člověk z internetu pozval na osobní schůzku, šel/šla bys na ni? (zdroj vlastní)

**Otázka č. 37 - Řekl/a bys někomu o takové schůzce? Pokud ano, tak komu bys o takové schůzce řekl/a?**

Na tuto otázku odpovědělo 32 žáků. Na tuto otázku měli odpovídat pouze ti, kteří na předchozí otázku odpověděli kladně. Mnoho žáků odpovědělo, přestože odpověděli na předchozí otázku záporně. Odpovědi jsou ale do výsledků zahrnuty.



Graf 18: Komu bys o schůzce s někým cizím z internetu řekl/a? (zdroj vlastní)

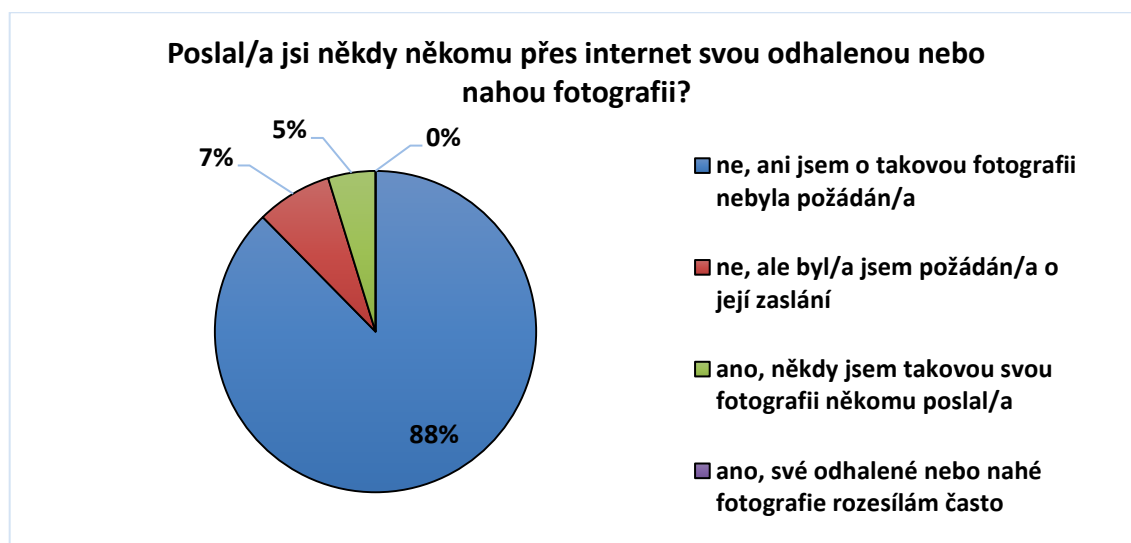
Polovina žáků (50 %), kteří na otázku odpověděli, by o schůzce řekla svým rodičům, celkově tedy 16 žáků. Celkem 9 žáků (28 %) z těch, kteří na otázku odpověděli, by o schůzce řeklo svým kamarádům. Sourozenci by o takové schůzce řekli 4 žáci (13 %) z těch, co na otázku odpověděli. Učitelům by to řekl pouze 1 žák (3 %). Tento výsledek vyvolává dojem nedůvěry žáků ve své učitele na gymnáziu. Jiným dospělým (např. teta,

trenér atp.) by se svěřili 2 žáci (6 %). Pozitivní výsledek je, že všichni by o schůzce někomu řekli, jelikož ani jeden ze žáků nezvolil možnost, že by o schůzce neřekl nikomu.

**Otázka č. 38 - Poslal/a jsi někdy někomu přes internet svou odhalenou nebo nahou fotografii?**

Výsledek této otázky je dost pozitivní. Celkem 92 žáků (88 %) žádnou svou odhalenou nebo nahou fotografii nikomu neposlalo, ani o to nebyli požádáni. 8 žáků (7 %) o takovou fotografii bylo požádáno, ale fotografii neposlali. Celkem 5 žáků (5 %) někdy svou odhalenou nebo nahou fotografii někomu jinému přes internet poslalo. Žádný ze žáků své odhalené či nahé fotografie neposílá často.

I přestože jedinců, kteří fotografii někomu přes internet poslali, je málo, poučení by bylo na místě, hlavně co se týče možných následků, a vyšší rodičovská kontrola by také byla žádoucí.



*Graf 19: Poslal/a jsi někdy někomu přes internet svou odhalenou nebo nahou fotografii? (zdroj vlastní)*

**Otázka č. 39 až otázka č. 41**

Následující otázky a jejich výsledky jak v procentech, tak počty odpovědí jsou kvůli přehlednosti zobrazené v tabulce č. 3 níže.



Tabulka 3: Shrnutí otázek 39 až 41 (zdroj vlastní)

otázka	ANO		NE	
	počet procent	počet odpovědí	počet procent	počet odpovědí
<b>č. 39</b>	<b>Jsi při komunikaci na internetu hovornější a otevřenější než osobně?</b>			
	38%	40	62%	66
<b>č. 40</b>	<b>Řešíš své osobní problémy raději přes internet než osobně?</b>			
	16%	17	84%	88
<b>č. 41</b>	<b>Je pro tebe snazší vyjádřit své pocity přes internet?</b>			
	45%	47	55%	58

Výsledky těchto otázek jsou příznivé, jejich výsledky jsou orientované spíše pozitivním směrem. V poslední době se často hovoří o tom, že děti kvůli informačním a komunikačním technologiím ztrácí schopnost komunikace naživo (Chlubná, 2019). Výsledky mého dotazníkového šetření to ale do jisté míry vyvrací.

62 % (66) žáků je hovornější a otevřenější při komunikaci naživo než přes internet a 38 % (40) žáků při komunikaci přes internet hovornější a otevřenější není. Dokonce 84 % (88) žáků raději řeší své problémy osobně než přes internet a 16 % (17) žáků raději řeší své problémy osobně. Vyrovnaný výsledek je pouze u otázky, zda je pro žáky snazší vyjádřit své pocity přes internet. 45 % (47) žáků odpovědělo ano a 55 % (58) žáků odpovědělo ne. Počet žáků, pro které je snazší pocity vyjádřit naživo, je ale stále vyšší.

### 3.5 Diskuze

**Hlavní cíl: Zanalyzovat chování žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem ve spojitosti s informačními a komunikačními technologiemi.**

Hlavní výzkumná otázka: Jak se chovají žáci nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem ve spojitosti s informačními a komunikačními technologiemi?

Hlavní předpoklad: Většina výsledků ohledně chování žáků Gymnázia v Roudnici nad Labem ve spojitosti s informačními a komunikačními technologiemi je pozitivní.

Vybrané aspekty chování žáků ve spojitosti s informačními a komunikačními technologiemi jsou kvůli lepší přehlednosti shrnuty v Tabulce 5 níže.

Tabulka 4: Shrnutí vybraných aspektů chování žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem ve spojitosti s informačními a komunikačními technologiemi (zdroj vlastní)

Číslo ot.	Otázka	Nejčastější odpověď	Procento odpovědí	Počet odpovědí
6	Zakroužkuj, jaká zařízení používáš.	Mobilní telefon	35%	105
11	Kolik času průměrně strávíš na internetu každý den?	1 až 2 hodiny	33%	35
15	Uvádíš o sobě na svých profilech na sociálních sítích vždy pravdu?	Ano	65%	62
19	Koupil/a sis někdy něco na doporučení někoho známého nebo tebou oblíbeného člověka ze sociálních sítí?	Ne	63%	67
28	Zvládáš kontrolovat nebo omezit svůj strávený čas na internetu?	Ano	85%	90
29	Používáš nějakou aplikaci nebo program, který ti měří čas strávený na internetu nebo u obrazovky?	Ne	52%	55
31	Stává se ti, že na internetu strávíš více času, než jsi původně plánoval/a?	Ano	76%	81
32	Stává se ti, že dáváš přednost internetu před svými koníčky, domácími úkoly nebo jinými povinnostmi?	Ne	72%	76
35	Bavil/a jsi se někdy na internetu s lidmi, které jsi nikdy neviděl/a osobně?	Ano	54%	57
37	Řekl/a bys někomu o schůzce s někým cizím z internetu? Pokud ano, tak komu bys o takové schůzce řekl/a?	Rodičům	50%	16
38	Poslal/a jsi někdy někomu přes internet svou odhalenou nebo nahou fotografii?	Ne, ani jsem o takovou fotografii nebyl/a požádán/a	88%	92
40	Řešíš své osobní problémy raději přes internet než osobně?	Ne	84%	88

Podle získaných výsledků žáci nejvíce používají mobilní telefon (35 % odpovědí) a stráví na internetu průměrně každý den 1 až 2 hodiny denně (33 % odpovědí). Téměř dvě třetiny žáků (65 % odpovědí) o sobě na internetu uvádí vždy pravdivé informace a také téměř dvě třetiny žáků (63 % odpovědí) nikdy nekoupily žádný produkt podle doporučení někoho známého na sociálních sítích. Většina žáků (85 %) podle získaných výsledků na otázku č. 28 dokáže kontrolovat nebo omezovat svůj čas, který tráví na internetu, což ale částečně vyvrací výsledky otázky č. 31, kdy 76 % žáků uvedlo, že se jim stává, že na internetu tráví více času, než původně plánovali. Z toho usuzují, že žáci sice dokáží čas většinou omezovat, ale občas se jim stane, že na internetu stráví více času, než plánovali, není to však pravidlem. Aplikaci pro omezování času na internetu nebo u obrazovky používá více

než polovina žáků (52 %). Většina žáků (72 %) nedává přednost internetu před svými koníčky, domácími úkoly nebo povinnostmi. Celkem 54 % žáků se bavila na internetu s někým, koho naživo nikdy neviděli. Zde vyvstává otázka, zda se jednalo o někoho staršího nebo např. o vrstevníka z jiné školy nebo města. Pokud by žáci šli na nějakou schůzku s někým cizím z internetu, nejvíce z nich by o ní řeklo rodičům (50 %). Celkem 88 % žáků nikomu neposlalo svou intimní fotografii a ani o to nebylo nikým požádáno. Celkem 84 % žáků raději řeší problémy osobně než přes internet. Dané výsledky jsou spíše pozitivní a hlavní předpoklad se potvrdil.

**Dílčí cíl 1: Zjistit, kolik žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem má zaplacená mobilní data ve svých mobilních telefonech.**

Dílčí výzkumná otázka č. 1: Kolik žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem má zaplacená mobilní data?

Dílčí předpoklad č. 1: *Zaplacená mobilní data má více než polovina žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem.*

Na tuto problematiku byla zaměřena otázka č. 8 – Pokud vlastníš mobilní telefon, máš v něm zaplacená mobilní data? Výsledky dotazníkového šetření ukázaly, že zaplacená mobilní data má 68 % žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem, a to znamená, že se dílčí předpoklad č. 1 potvrdil.

**Dílčí cíl 2: Zjistit, jaká je rodičovská kontrola času stráveného používáním informačních a komunikačních technologií žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem.**

Výzkumná otázka č. 2: Jaké procento žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem má stanovený limit pro strávený čas na internetu, mobilním telefonu nebo počítači?

Předpoklad č. 2: Limit pro strávený čas na internetu, mobilním telefonu nebo počítači má od rodičů stanovený minimálně 60 % žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem.

Na tuto problematiku byla zaměřena v dotazníku otázka č. 23 - Máš od rodičů nějaký průměrný časový limit na sociální sítě, internet, mobilní telefon nebo počítač? Výsledky ukázaly, že 66 % žáků nemá od rodičů stanovený žádný limit a pouhých 34 % žáků stanovený limit má. Dílčí předpoklad č. 2 se tedy nepotvrdil, reálný výsledek je naprosto opačný. Rodičovská kontrola stráveného času dětí používáním informačních a komunikačních technologií na Gymnáziu v Roudnici nad Labem je velice nízká.

**Dílčí cíl 3: Zjistit, jaké sociální sítě žáci nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem používají nejvíce.**

Dílčí výzkumná otázka č. 3: Jaké sociální sítě žáci nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem používají nejvíce?

Dílčí výzkumný předpoklad 3: Žáci nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem nejvíce používají Instagram.

Touto problematikou se v dotazníku zabývala otázka č. 9 - Jaké používáš sociální sítě? Z výsledků je jasně vidět, že nejvíce používanou sociální sítí žáky nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem je Instagram a WhatsApp. Dílčí předpoklad č. 3 se tedy z části potvrdil.

Zásadním limitem u této otázky je nevhodně zvolená nabídka možností, zejména absence možností YouTube a Messenger. Ačkoliv tyto sociální sítě žáci mohli doplňovat do kolonky „jiné,“ není tato možnost dostačující. Tato změna by velmi pravděpodobně zásadně změnila výsledek této otázky v dotazníkovém šetření.

**Dílčí cíl 4: Zjistit, k čemu žáci nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem využívají informační a komunikační technologie nejvíce.**

Výzkumná otázka č. 4: K čemu žáci nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem nejvíce využívají informační a komunikační technologie?

Předpoklad č. 4: Žáci nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem využívají informační a komunikační technologie nejvíce ke komunikaci a hraní her.

Tato problematika je tématem otázky č. 7 - K čemu tato zařízení nejčastěji používáš? Výsledky ukázaly, že žáci nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem skutečně nejvíce využívají informační a komunikační technologie ke komunikaci a hraní her, jelikož se jednalo o nejčastější odpovědi. Dílčí předpoklad č. 4 se tedy potvrdil.

**Dílčí cíl 5: Zjistit, zda si jsou žáci nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem vědomi rizik informačních a komunikačních technologií.**

Výzkumná otázka č. 5: Jaká rizika informačních a komunikačních technologií vnímají žáci nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem?

Předpoklad č. 5: Žáci nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem jako rizika informačních a komunikačních technologií vnímají zejména sexuální obtěžování, vyhrožování a zneužívání dětí cizími lidmi.

Touto problematikou se v dotazníku zabývala otevřená otázka č. 26 - Pokud sociální sítě nepovažuješ za bezpečné, tak jaká vnímáš rizika internetu a sociálních sítí? Všechny odpovědi žáků jsou vypsány v Příloze 1. Konkrétní výsledky a počty odpovědí se nepodařilo získat, jelikož otázka byla otevřená a odpovědi byly příliš různorodé, často nejasné a bohužel z toho nelze vyvodit jeden konkrétní výsledek. Toto zjištění je poměrně zásadním limitem dotazníku a zpětně by bylo vhodnější zvolit jinou formu otázky. Odpovědi na téma vydírání, vyhrožování, obtěžování či sexuálních predátorů se ale vyskytovaly nejčastěji. Často se také vyskytovaly odpovědi na téma soukromí, krádeže identity a kyberšikany. Dalo by se tedy říci, že dílčí předpoklad č. 5 se částečně potvrdil.

**Dílčí cíl 6: Zjistit, kolik žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem se setkala s některou formou kyberšikany.**

Výzkumná otázka č. 6: Kolik žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem se setkala s některým z projevů kyberšikany?

Předpoklad č. 6: S některým z projevů kyberšikany se setkala 50 % žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem.

Touto problematikou se v dotazníku zabývala otázka č. 34 - Zakroužkuj, pokud jsi se něčím z uvedených možností setkal/a na internetu. Výsledky ukázaly, že 67 žáků, což je více než polovina, se s žádným projevem kyberšikany nesetkala. To znamená, že zbylých 40 z celkem 107 respondentů se s nějakým projevem kyberšikany sice setkala, ale je to méně než polovina. Dílčí předpoklad č. 6 se tedy nepotvrdil a reálný výsledek je mnohem příznivější.

Jako jeden z limitů výzkumu považuji velikost výzkumného vzorku. Počet respondentů je příliš malý na to, aby se získané výsledky daly zobecnit. Jelikož výzkum probíhal pouze na jedné ze všech škol v Roudnici nad Labem, nedá se výsledek zobecnit ani pro danou oblast. Pro získání potřebných informací ohledně chování žáků Gymnázia Roudnice nad Labem v souvislosti s informačními a komunikačními technologiemi je ale výzkumný vzorek naprosto dostačující. Jako další limit práce se může jevit i to, že konkrétně rodičovská kontrola je posuzována pouze z pohledu žáků, proto se dané výsledky nedají považovat za stoprocentně pravdivé, jelikož děti o kontrole rodičů nemusí vědět. Aby se výsledky daly považovat za relevantní, muselo by proběhnout i dotazníkové šetření u rodičů žáků.

## **3.6 Komparace dat**

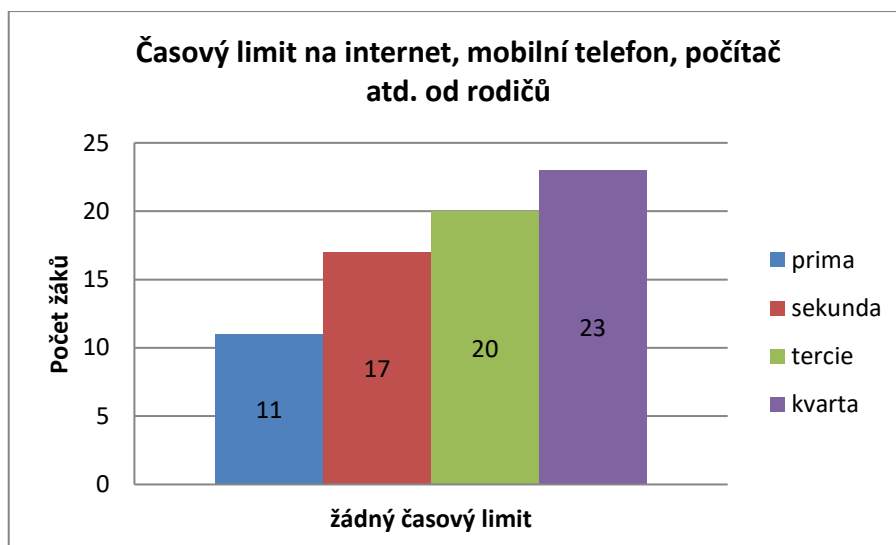
### **3.6.1 Komparace vybraných dat mezi třídami**

Jedním z původních cílů práce bylo porovnání vybraných výsledků mezi gymnáziem a základní školou. Bohužel, kvůli již výše zmíněnému (v kapitole 3.3) uzavření škol z důvodu pandemie nemoci Covid-19, nebylo možné takové porovnání provést. Proto jsem zvolila jiný cíl, a to porovnání vývoje v určitých oblastech mezi třídami.

Porovnávanými oblastmi budou časový limit na internet, mobilní telefon, počítač atd. od rodičů, komunikace s někým cizím přes internet, soukromí na instagramových účtech žáků, zakoupení nějaké věci na doporučení známého influencera nebo známé osoby na sociálních sítích a vyjadřování pocitů přes internet.

### Časový limit na internet, mobilní telefon, počítač atd. od rodičů

Následující graf se týká počtu žáků v jednotlivých třídách, kteří nemají stanovený žádný časový limit pro internet, počítač, mobilní telefon atp. od rodičů. Data byla získána v otázce č. 23 „Máš od rodičů nějaký průměrný časový limit na sociální sítě, internet, mobilní telefon nebo počítač?“ Porovnání se týká pouze poslední odpovědi na otázku „ne, nemám žádný limit.“



Graf 20: Časový limit na internet, mobilní telefon, počítač atd. od rodičů (zdroj vlastní)

Počet žáků, kteří nemají žádný stanovený limit, se zvyšuje společně s ročníky. Ve třídě primě odpovědělo 26 žáků a z toho 11 nemá žádný limit, což není ani polovina (42 %). Ve třídě sekundě je 29 žáků a z toho 17 nemá žádný limit, což je více než polovina (59 %). Ve třídě tercii odpovědělo 25 žáků a časový limit nemá 20 žáků, což je naprostá většina (80 %). To znamená, že jen 5 žáků v tercii má určený časový limit pro informační a komunikační technologie od rodičů. Ve třídě kvartě dotazník vyplnilo 27 žáků a z toho 23 nemá žádný časový limit (84 %), tedy pouze 4 žáci ho mají.

Z toho vyplývá, že rodičovská kontrola v tomto ohledu je vyšší u mladších dětí než u starších. Rodičovská kontrola času stráveného online či na mobilním telefonu atd. se snižuje se zvyšujícím se věkem dětí.

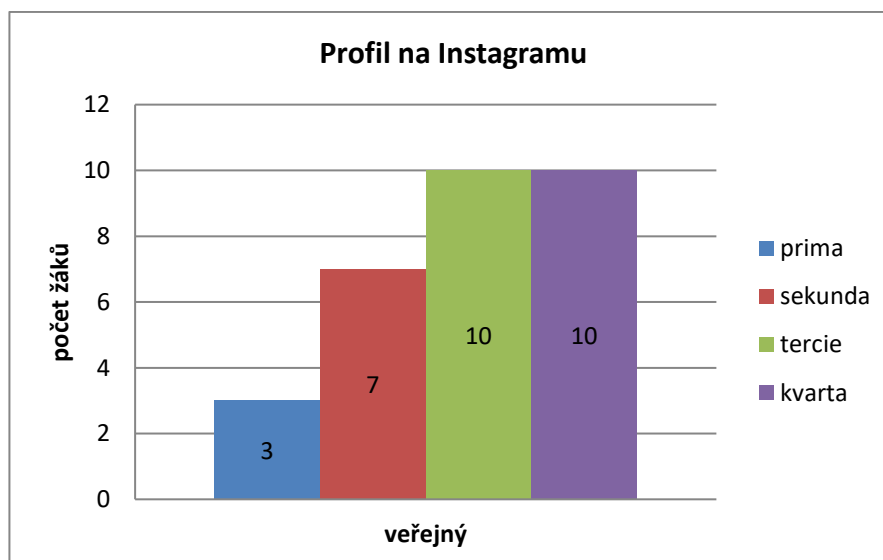
## Profil na Instagramu

Jak je již zmíněno výše v kapitole 3.4 u otázky č. 13, instagramový profil si uživatelé mohou nastavit buď na veřejný, nebo soukromý.

Tabulka 5: Profil na Instagramu (zdroj vlastní)

	prima	sekunda	tercie	kvarta
žáci, kteří mají Instagram	17	21	24	24
veřejný	3	7	10	10
soukromý	14	14	14	14

Počet žáků, kteří mají založený Instagram, stoupá společně se zvyšující se třídou. Soukromý účet na Instagramu má ale v každé třídě stejný počet, tedy 14. Jak je vidět, v tabulce č. 5, soukromý účet mezi žáky převažuje. Co ale s postupem tříd stoupá, je počet veřejných účtů v jedné třídě. Co se týče počtů, tak ve třídě primě mají veřejný účet pouze 3 žáci, v sekundě 7 žáků, v tercii a kvartě je počet stejný, konkrétně 10. Procentuálně ze žáků, kteří mají Instagram, má v primě 18 % žáků veřejný účet na Instagramu, v sekundě 33 % a v tercii a kvartě 42 %. Je vidět, že tendence odkrývání soukromí se zvyšuje spolu s postupem třídami, potažmo s věkem.



Graf 21: Profil na Instagramu (zdroj vlastní)

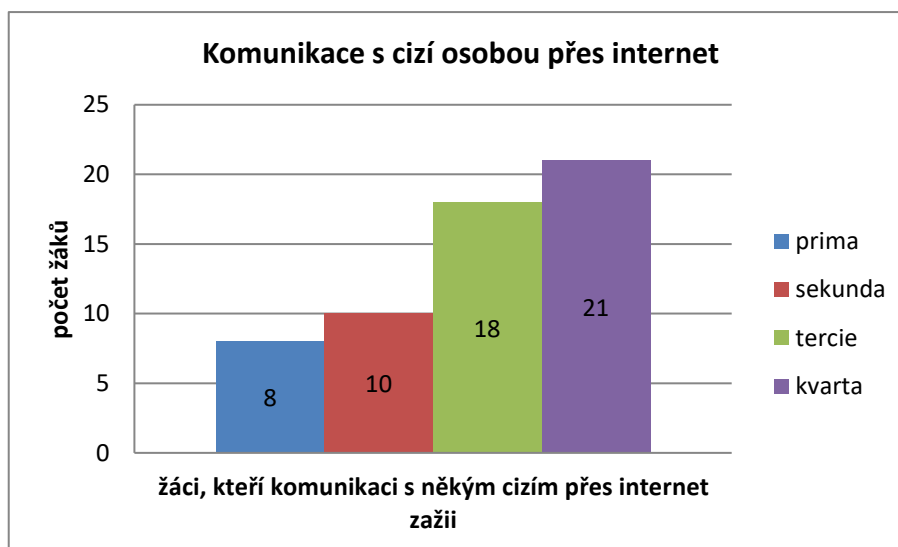
Z toho vyplývá, že mladší žáci jsou opatrnější a více si chrání své soukromí. To může souviset i s vyšší rodičovskou kontrolou u mladších dětí. Jak je vidět v Příloze 2, někteří žáci odpovídali, že internet je nebezpečný pro mladší děti nebo pro děti mladší 15 let.



Z takových odpovědí usuzuji, že se žáci ve vyšších ročnících považují za dospělé nebo minimálně již vyspělé a rozumné. Důsledkem toho je, že jejich opatrnost se snižuje a děti odkrývají své soukromí, i když paradoxně jsou v nejvíce křehkém věku. Právě v tomto ohledu je klíčový dohled rodičů a případné poučení o soukromí a rizikách s ním spojenými ze strany školy.

### Komunikace s cizí osobou přes internet

Jak je vidět v Graf 22: Komunikace s cizí osobou přes internet, kladné odpovědi na tuto otázku měly opět vzestupnou tendenci napříč třídami. V primě komunikovalo s někým cizím 8 žáků ze 26 žáků (31 %), v sekundě 10 z 29 žáků (34 %), v tercii 18 z 25 žáků (72 %) a v kvartě 21 z 27 žáků (78 %). Počty žáků v jednotlivých třídách viz. Tabulka 1: Základní informace o respondentech.



Graf 22: Komunikace s cizí osobou přes internet (zdroj vlastní)

Tyto výsledky by byly alarmující v případě, že za cizího člověka považujeme starší osoby, které hromadně oslovují děti a nějakým způsobem je skrze internet obtěžují. Z odpovědí žáků ale není jasné, koho považují za cizí osobu, kterou nikdy neviděli. Za takové osoby mohou být považované děti z jiné školy, se kterými odpovídající žáci komunikují skrze internet, nebo známé osobnosti či influenceři na sociálních sítích, se kterými si vyměnili pár zpráv. Jelikož nevíme, kdo jsou ty cizí osoby, se kterými žáci komunikovali, nelze

z toho vyvozovat žádný závěr. Lze vyvodit pouze to, že čím starší žáci, tím více jsou otevření navázat kontakt přes internet s někým, koho neznají.

### **Zakoupení předmětu po doporučení někoho známého na sociálních sítích**

Důvěra v oblíbené nebo známé osobnosti se společně s věkem zvyšuje. Z odpovědí žáků je vidět, že čím starší žák, tím spíše si zakoupí nějaký předmět podle jeho oblíbenosti na sociálních sítích. To ukazují následující výsledky dotazníkového šetření.

V primě si určitý produkt po doporučení někoho známého ze sociálních sítí zakoupilo 5 z 26 žáků (19 %), v kvartě oproti tomu 16 z 27 žáků (59 %). V sekundě zakoupilo produkt po doporučení známou osobností na sociálních sítích 7 z 29 žáků (24 %) a v tercii 11 z 25 žáků (44 %). Počty žáků v jednotlivých třídách viz. Tabulka 1: Základní informace o respondentech.

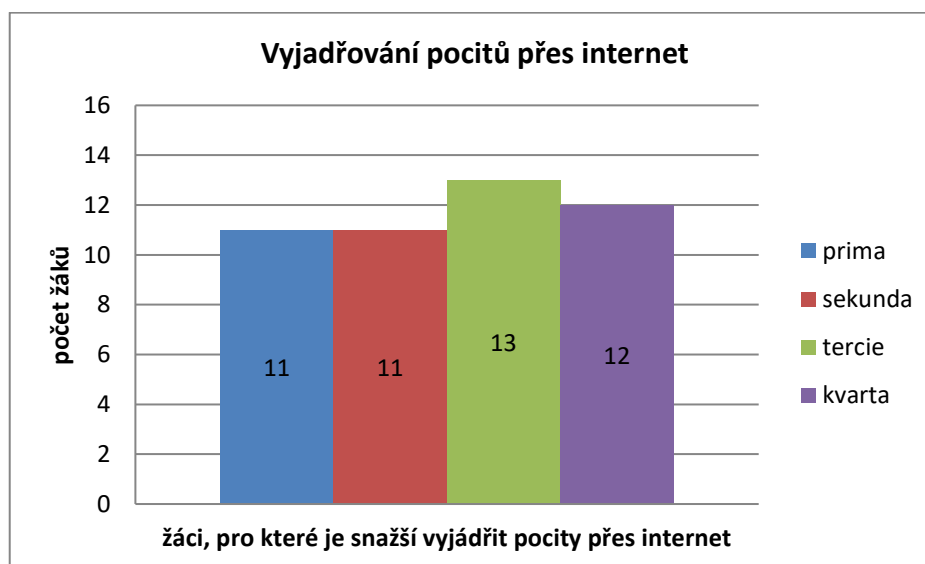


*Graf 23: Zakoupení předmětu po doporučení někoho známého na sociálních sítích (zdroj vlastní)*

### **Vyjadřování pocitů přes internet**

Podle následujícího grafu je patrné, že věk nebo třída nemá na vyjadřování pocitů přes internet vliv. V primě a sekundě je 11 žáků, pro které je jednodušší vyjádřit své pocity přes internet, v tercii 13 žáků a v kvartě 12 žáků. Z celkového počtu žáků v každé jednotlivé

třídě je tedy snazší vyjádřit pocity přes internet v primě pro 42 % žáků, v sekundě 39 %, v tercii 52 % a v kvartě 44 %. Počty žáků, pro které je snazší vyjádřit pocity přes internet, jsou mezi třídami dost vyrovnané. V tomto případě záleží spíše na jiných faktorech (př. povaha) než na věku.



Graf 24: Vyjadřování pocitů přes internet (zdroj vlastní)

### 3.6.2 Komparace dat u vybraných dotazníků

Tato část se bude zabývat porovnáním konkrétních jevů u jednotlivých dotazníků. Jako první budu porovnávat souvislost mezi zasíláním intimních fotografií (otázka 38 v dotazníku), rodičovskou kontrolou (otázky 23 a 24 v dotazníku), zda považují sociální sítě za bezpečné (otázka 25 v dotazníku) a tím, jaké profily na sociálních sítích mají žáci založené (otázka 9). Pro toto porovnání jsem vybrala 4 dotazníky, kde se 3x objevila odpověď „ano, někdy jsem takovou svou fotografií někomu poslal/a“ a 1x se objevila odpověď „ano, své odhalené nebo nahé fotografie rozesílám často.“ Z těchto čtyř respondentů jsou tři ve třídě kvartě a je jim 15 let a jeden respondent chodí do třídy terciie a je mu 14 let. Z těchto respondentů jsou 3 chlapci a 1 dívka. U 14letého respondenta ze třídy terciie se s velkou pravděpodobností jednalo pouze o vtip, jelikož k otázce dopsal komentář „poslal jsem moje super svaly“ a vedle dokreslil kresbu svalnatého muže. Všichni čtyři respondenti mají Instagram a WhatsApp. Facebook mají pouze dva z nich

a taktéž Snapchat. Sociální sítě považuje za bezpečné pouze jeden z těchto čtyř respondentů. Co se týče rodičovské kontroly, tak ani jednomu respondentovi jeho rodiče nekontrolují sociální sítě a tři z nich nemají ani žádný limit na čas strávený na internetu od rodičů. Pouze jeden z nich má od rodičů stanovený časový limit pro internet 2 hodiny denně, ale nejedná se o nejmladšího respondenta. Tyto jevy ukazují, že by vyšší rodičovská kontrola byla velice žádoucí. Dále by bylo na místě žáky poučit o rizikách a následcích posílání intimních fotografií ideálně tak, aby se žáci již neuchylovali k posílání intimních fotografií.

Jako druhé budu porovnávat souvislost mezi časem stráveným na internetu (otázka 11 v dotazníku), k čemu zařízení umožňující připojení k internetu nejvíce používají (otázka 7 v dotazníku), určením časového limitu od rodičů pro internet (otázka 23 v dotazníku) a tím, zda zanedbávají svoje povinnosti, domácí úkoly nebo koníčky kvůli internetu (otázka 32 v dotazníku). Pro porovnání těchto jevů jsem vybrala 5 dotazníků. Třem respondentům je 13 let a dva z nich chodí do třídy tercie a jeden z nich do třídy sekundy. Zbývají dva respondenti chodí do třídy kvarty a jednomu z nich je 14 let a druhému je 15 let. Všichni respondenti jsou chlapci. Dva z těchto respondentů odpověděli, že na internetu tráví 4 až 5 hodin denně a tři respondenti odpověděli, že na internetu tráví 5 hodin a více každý den. Všech pět respondentů uvedlo, že zařízení umožňující připojení k internetu používají k hraní her a čtyři z nich ještě i ke komunikaci. Dva respondenti přidali ještě sledování filmů a videí a internet, webové stránky, zábava. Ani jeden z respondentů jako odpověď nevybral školní účely. Z těchto 5 respondentů nemá ani jeden z nich žádný časový limit pro internet od rodičů a 4 z nich uvedli, že kvůli trávení času na internetu zanedbávají své koníčky, povinnosti a domácí úkoly. U těchto žáků je vysoké riziko vzniku závislosti. Žákům by v rámci prevence zcela určitě prospělo nastavení časového limitu pro internet a hraní her od rodičů.

### **3.7 Doporučení**

Škole Gymnázium Roudnice nad Labem bych doporučila zařadit do prevence patologických jevů program pro rizikové chování na internetu. Ve Výroční zprávě za školní rok 2018-2019 (2019) je sice uvedeno, že pro příští školní rok má škola stanovený

jako hlavní úkol posílit prevenci rizikového chování, ale chce se zaměřit zejména na užívání tabákových výrobků a alkoholu. Toto zaměření je sice také nesmírně důležité, ale prevence v oblasti internetu a sociálních sítí je také velice aktuální a potřebná. Ačkoliv výsledky gymnázia dopadly spíše pozitivně a projevy rizikového chování v oblasti internetu jsou zde velice zřídka, přeci jen se zde nějaké rizikové faktory vyskytují. Jak škola, tak žáci samotní, ale i rodiče mohou využít např. film V síti: Za školou nebo přímo webové stránky filmu, projekt O2 Chytrá škola nebo projekt E-bezpečí. Škola by měla ohledně této problematiky úzce spolupracovat s rodiči. Klíčová pro úspěch prevence na škole je edukace pedagogů ohledně této problematiky a vzájemná důvěra mezi nimi a žáky.

## **Závěr**

Práce se zabývala, respektive její výzkumná část, chováním žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem v souvislosti s informačními a komunikačními technologií a tato problematika byla i jejím hlavním cílem. Výsledky gymnázia jsou ve většině případů velice příznivé. Žáci na internetu tráví o hodinu méně času, než bylo předpokládáno a méně než polovina žáků se setkala s kyberšikanou. Ze získaných odpovědí je vidět, že si jsou vědomi rizikových jevů na internetu. Jako nepříznivý výsledek se ukázala rodičovská kontrola času dětí, který stráví používáním informačních a komunikačních technologií. Více než polovina rodičů děti v tomto ohledu nijak neomezuje. Téměř všichni žáci používají sociální sítě, nejvíce Instagram a WhatsApp.

Výsledky také ukázaly, že žáci sdílí na sociálních sítích zejména jméno a příjmení, jinak o svém soukromí na internetu moc informací nesdílí. Dotazníkové šetření také ukázalo, že většina žáků netrpí negativními pocity ve spojitosti s komunikačními a informačními technologiemi. Co se týče preference komunikace přes internet před osobní komunikací, tam byly výsledky dost vyrovnané. Dále výsledky ukázaly, že žáci nevěří všem pozlátkům na sociálních sítích. Zároveň se ale většina žáků v případě potřeby zakoupení nějakého produktu podívá na profil své oblíbené osoby na sociálních sítích a produkt vybere podle jejího doporučení. Výsledky naštěstí ukázaly, že děti nejvíce na takové doporučení kupují jen věci, které doopravdy potřebují, a nekupují cokoli, na co známá osoba na internetu ukáže.

Výsledky dotazníkového šetření na Gymnáziu v Roudnici nad Labem jsou spíše pozitivní, je ale potřeba u žáků tyto znalosti prohlubovat a zajistit, aby zásady bezpečného chování pro ně byly automatické. Ze získaných odpovědí je totiž patrné, že žáci nebezpečí internetu znají, ale tyto vědomosti nemají úplně ustálené a uspořádané. Gymnázium Roudnice nad Labem nemá na nižším gymnáziu žáky, kteří by se podle výsledků ve velké míře dopouštěli patologického chování na internetu. Aby výsledky zůstávaly stejné i nadále nebo se dokonce zlepšovaly, je nutná edukace dětí, rodičů i učitelů na toto téma. V případě jakýchkoliv problémů se dítě nesmí bát svěřit svým rodičům nebo učitelům. Je nutné mezi jednotlivými aktéry neustále posilovat vzájemnou důvěru.

## Seznam použitých informačních zdrojů

- 10 tipů, jak na kyberstalking, nedatováno. Nadace O2, © 2020. O2chytraskola.cz [online]. [cit. 12. 3. 2020]. Dostupné z: <https://www.o2chytraskola.cz/clanek/26/kyberstalking/4344>
- 3 tipy, jak na sexting, nedatováno. Nadace O2, © 2020. O2chytraskola.cz [online]. [cit. 12. 3. 2020]. Dostupné z: <https://www.o2chytraskola.cz/clanek/11/sexting/4802>
- 7 tipů, jak si získat důvěru, nedatováno. Nadace O2, © 2020. O2chytraskola.cz [online]. [cit. 11. 3. 2020]. Dostupné z: <https://www.o2chytraskola.cz/clanek/20/jak-mluvit-s-detmi-o-online-bezpecni/4311>
- 7 tipů na bezpečné seznamování, nedatováno. Nadace O2, © 2020. O2chytraskola.cz [online]. [cit. 12. 3. 2020]. Dostupné z: <https://www.o2chytraskola.cz/clanek/6/bezpecne-seznamovani-online/4352>
- ARNOŠT, Jiří, nedatováno. Internet - základní pojmy. Úvod do výpočetní techniky [online]. [cit. 06.03.2020]. Dostupné z: <http://www.uvt.xf.cz/pages/pojmyinternet.html>
- Bacha na lichotky, nedatováno. Vsitifilm.cz [online]. [cit. 12. 3. 2020]. Dostupné z: <https://vsitifilm.cz/html/jsem-dite.html#bachaNaLichotky>
- BENDL, Stanislav, 2003. Prevence a řešení šikany ve škole. Praha: Kosmas. ISBN 80-86642-08-9
- BLINKA, Lucas, 2014. Nadměrné užívání internetu a závislost na internetu. In: Ševčíková, Anna a kol. Děti a dospívající online: vybraná rizika používání internetu. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5010-1
- BRONFENBRENNER, Urie, 1994. Ecological models of human development. In: International Encyclopedia of Education (Vol. 3, 2nd ed.). Oxford: Elsevier.
- Co by děti měly vědět o kyberšikaně, nedatováno. Nadace O2, © 2020. O2chytraskola.cz [online]. [cit. 12. 3. 2020]. Dostupné z: <https://www.o2chytraskola.cz/clanek/7/kyberneticka-sikana/4318>

- Co dělat při zneužití vašich intimních fotek, nedatováno. Nadace O2, © 2020. O2chytraskola.cz [online]. [cit. 12. 3. 2020]. Dostupné z: <https://www.o2chytraskola.cz/clanek/11/sexting/4803>
- Co dělat, když zjistíte, že Vaše dítě komunikuje s online predátorem? Nedatováno. Vsitifilm.cz [online]. [cit. 12. 3. 2020]. Dostupné z: <https://vsitifilm.cz/html/jsem-rodic.html#diteKomunikujeSPredatorem>
- Co je flaming, 2008. E-bezpeci.cz [online]. Poslední revize 31. 5. 2008 [cit. 28. 2. 2020]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/temata/dali-rizika/38-35>
- Co je to Youtube, nedatováno. Topranker.cz [online]. [cit. 13. 2. 2020]. Dostupné z: <https://topranker.cz/slovník/youtube/>
- Company Info, nedatováno. Facebook, © 2019. Facebook Newsroom [online]. [cit. 29.07.2019]. Dostupné z: <https://newsroom.fb.com/company-info/>
- ČERNÁ, Alena, 2013. Kyberšikana: průvodce novým fenoménem. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4577-0
- České děti a Facebook, 2015. Centrum prevence rizikové virtuální komunikace [výzkumná zpráva online]. Univerzita Palackého v Olomouci, Pedagogická fakulta. [cit. 29. 2. 2020]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/vyzkumne-zpravy>
- České děti v kybersvětě, 2019. Centrum prevence rizikové virtuální komunikace [výzkumná zpráva online]. Univerzita Palackého v Olomouci. [cit. 29. 2. 2020]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/vyzkumne-zpravy>
- ČTK, 2014. Hrozivý trend: Na Facebooku jsou závislé tisíce Čechů. Magazin.aktualne.cz [online]. Poslední revize 2. 2. 2014 [cit. 30. 7. 2020]. Dostupné z: <https://magazin.aktualne.cz/hrozivy-trend-na-facebooku-jsou-v-cesku-zavisle-tisice-lidi/r~98927f748c2e11e39bd20025900fea04/>
- ČTK, 2019. Facebook hlásí meziroční pokles zisku o více než polovinu. Počet uživatelů se naopak zvýšil, rostly i celkové příjmy společnosti. Byznys.ihned.cz [online]. Poslední revize 23. 4. 2019 [cit. 29. 7. 2019]. Dostupné z:



<https://www.byznys.ihned.cz/c1-66558780-twiiter-zvysil-v-prvni-ctvrtleti-zisk-i-trzby-prekvapive-vzrostl-i-pocet-jeho-uzivatelu>

- DERLEGA, Valerian, J., Sandra METTS, Sandra PETRONIO and Stephen T. MARGULIS, 1993. Self-disclosure. Newbury Park, CA: Sage. ISBN: 978-0803939554
- DOČEKAL, Daniel, 2010. Soukromí. Něco, co na Internetu a v sociální síti nečekejte. Lupa.cz [online]. Poslední revize 21. 1. 2017 [cit. 1. 3. 2020]. Dostupné z: <https://www.lupa.cz/clanky/soukromi-na-internetu-a-v-socialni-siti-necekejte/>
- Film V síti o sexuálních predátorech láme rekordy, za víkend ho vidělo 111 tisíc lidí, 2020. Magazin.aktualne.cz [online]. Poslední revize 2. 3. 2020 [cit. 15. 3. 2020]. Dostupné z: <https://magazin.aktualne.cz/kultura/film/v-siti-chalupova-klusak-navstevnost/r~cffa33945c7511eaaabd0cc47ab5f122/>
- Foták pod peřinu nepatří, nedatováno. Vsitifilm.cz [online]. [cit. 12. 3. 2020]. Dostupné z: <https://vsitifilm.cz/html/jsem-dite.html#fotakPodPerinuNepatri>
- Fotka nikdy nezmizí, nedatováno. Vsitifilm.cz [online]. [cit. 12. 3. 2020]. Dostupné z: <https://www.vsitifilm.cz/html/jsem-dite.html#fotkaNikdyNezmizi>
- HANDL, Jan, 2009. Twitter pro začátečníky. Lupa.cz [online]. Poslední revize 26. 6. 2009 [cit. 30. 7. 2019]. Dostupné z: <https://www.lupa.cz/clanky/twitter-pro-zacatecniky/>
- HANSSON, Sven Ove, 2010. Risk: objective or subjective, facts or values. Journal of Risk Research, 13(2).
- Happy slapping, nedatováno. Internetembezpecne.cz [online]. [cit. 28. 2. 2020]. Dostupné z: <https://www.internetembezpecne.cz/internetem-bezpecne/rizika-online-komunikace/kybersikana/happy-slapping/>
- Hashtag, 2017. Znakynaklavesnici.cz [online]. Poslední revize 24. 7. 2017 [cit. 30. 7. 2019]. Dostupné z: <https://znakynaklavesnici.cz/jak-napsat-hashtag/>
- HEGEDŮŠ, Tomáš, 2018. Mladí zanevřeli na Facebook. V žebříčku sociálních sítí skončil čtvrtý. Idnes.cz [online]. Poslední revize 1. 6. 2018 [cit. 30. 7. 2019]. Dostupné z: <https://www.idnes.cz/technet/kratke-zpravy/facebook->

[socialni-site-obliba-upadek-teenageri.A180601\\_112453\\_tec-kratke-zpravy\\_hege](#)

- HLOUŠKOVÁ, Lenka, 2020. Dokument o sexuálních predátorech V síti půjde do kin ve dvou verzích. Novinky.cz [online]. Poslední revize 5. 2. 2020 [cit. 6. 3. 2020]. Dostupné z: <https://www.novinky.cz/kultura/filmy-serialy/clanek/dokument-o-sexualnich-predatorech-v-siti-pujde-do-kin-ve-dvou-verzich-40312312>
- HUŠKOVÁ, Lucie, 2018. Facebook v ČR hlásí přes 5,2 milionů uživatelů. Newsfeed.cz [online]. Poslední revize 22. 5. 2018 [cit. 30. 7. 2019]. Dostupné z: <https://newsfeed.cz/facebook-v-cr-hlasi-pres-52-milionu-uzivatelu/>
- CHLUBNÁ, Tereza, 2019. Děti ztrácejí schopnost komunikovat s okolím naživo. Příčinou je nadužívání moderních technologií. Irozhlas.cz [online]. Poslední revize 4. 3. 2019 [cit. 10. 4. 2020]. Dostupné z: [https://www.irozhlas.cz/veda-technologie/technologie/digitalni-technologie-demence-deti-psycholog-odbornik-zavislost-vychova\\_1903042242\\_ado](https://www.irozhlas.cz/veda-technologie/technologie/digitalni-technologie-demence-deti-psycholog-odbornik-zavislost-vychova_1903042242_ado)
- Instagram informuje, zda jste online a kdy jste byli naposledy. Vypněte si to, pokud máte v oblíbě soukromí, 2018. 365tipu.cz [online]. Poslední revize 20. 7. 2018 [cit. 30. 7. 2019]. Dostupné z: <https://365tipu.cz/2018/07/20/instagram-informuje-zda-jste-online-a-kdy-jste-byli-naposledy-vypnete-si-to-pokud-mate-v-oblibe-soukromi/>
- Instagram pro začátečníky? Máme tu návod pro Instagram, pokud ho postrádáte, nedatováno. 365tipu.cz [online]. [cit. 30. 7. 2019]. Dostupné z: <https://365tipu.cz/instagram-pro-zacatecniky-mame-tu-navod-pro-instagram-pokud-ho-postradate/>
- Instagram Stories, nedatováno. It-slovník.cz [online]. [cit. 30. 7. 2019]. Dostupné z: <https://it-slovník.cz/pojem/instagram-stories>
- Internet, nedatováno. Mendelova Univerzita v Brně, © 2018. Is.mendelu.cz [online]. [cit. 29. 2. 2020]. Dostupné z: [https://is.mendelu.cz/eknihovna/opory/zobraz\\_cast.pl?cast=40844](https://is.mendelu.cz/eknihovna/opory/zobraz_cast.pl?cast=40844)

- Internetoví predátoři, nedatováno. O2 chytrá škola [online]. [cit. 29. 2. 2020]. Dostupné z: <https://www.o2chytraskola.cz/data/files/v002-o2-infolist-kyberstalking-kybergrooming-a4-v03-nahled-r60xokvyph.pdf>
- Jak mluvit s dětmi o nástrahách internetu. Metodický rádce pro učitele, nedatováno. O2 chytrá škola [online]. [cit. 29. 2. 2020]. Dostupné z: <https://www.o2chytraskola.cz/clanek/20/jak-mluvit-s-detmi-o-online-bezpeci/3283>
- Jak na internet, nedatováno. CZ.nic, © 2019. Jaknainternet.cz [online]. [cit. 29. 2. 2020]. Dostupné z: <https://www.jaknainternet.cz/page/1795/struktura-internetu/>
- Jak poznáš fake "kamaráda," nedatováno. Vsitifilm.cz [online]. [cit. 12. 3. 2020]. Dostupné z: <https://vsitifilm.cz/html/jsem-dite.html#jakPoznasFakeKamarada>
- Jak poznáte kyberšikanu, nedatováno. Nadace O2, © 2020. O2chytraskola.cz [online]. [cit. 11. 3. 2020]. Dostupné z: <https://www.o2chytraskola.cz/clanek/7/kyberneticka-sikana/4316>
- Jak si nastavím instagramový účet jako soukromý, aby mohli moje příspěvky vidět pouze sledující, které schválím? Nedatováno. Instagram, © 2020. Facebook.com [online]. [cit. 10. 4. 2020]. Dostupné z: <https://www.facebook.com/help/instagram/448523408565555?helpref=related>
- Jak vlastně zajistit bezpečnost dětí v online prostředí? Nedatováno. Vsitifilm.cz [online]. [cit. 7. 3. 2020]. Dostupné z: <https://www.vsitifilm.cz/html/jsem-rodic.html#jakVlastneZajistitBezpecnost>
- Jak vznikl Instagram od nuly až k Facebooku, nedatováno. Instagram, © 2019. Instagram.cz [online]. [cit. 30. 7. 2019]. Dostupné z: <http://www.instagram.cz/jak-vznikl-instagram-od-nuly-az-k-facebooku/362>
- JANOŠOVÁ, Pavlína, Lenka KOLLEROVÁ, Kateřina ZÁBRODSKÁ, Jiří KRESSA a Mária DĚDOVÁ, 2016. Psychologie školní šikany. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2992-3
- KOLÁŘ, Michal, 2011. Nová cesta k léčbě šikany. Portál: Praha. ISBN 987-80-7367-871-5

- KOPECKÝ, Kamil a René SZOTKOWSKI, 2019. Sexting a právo. E-bezpeci.cz [online]. [cit. 11. 3. 2020]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rizikove-jevy-spojene-s-online-komunikaci/sexting/1681-sexting-a-pravo>
- KOPECKÝ, Kamil, 2019a. Problém zvaný Tik Tok. E-bezpeci.cz [online]. [cit. 13. 2. 2020]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rizikove-jevy-spojene-s-online-komunikaci/socialni-site/1403-problem-zvany-tik-tok>
- KOPECKÝ, Kamil, 2019b. Rodič je nejdůležitějším článkem prevence rizikového chování, proto vzdělávání cílíme přímo na něj - třeba v rámci programu O2 Chytrá škola. E-bezpeci.cz [online]. Poslední revize 11. 5. 2019 [cit. 6. 3. 2020]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rodicum-ucitelum-zakum/1543-rodic-je-nejdulezitejsim-clankem-prevence-rizikoveho-chovani-proto-vzdelavani-cilime-primo-na-nej-treba-v-ramci-programu-o2-chytra-skola>
- KOPECKÝ, Kamil, 2019c. Jak nastavit na Windows 10 rodičovský režim umožňující regulovat aktivity dítěte na počítači. E-bezpeci.cz [online]. Poslední revize 13. 4. 2019 [cit. 7. 3. 2020]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rodicum-ucitelum-zakum/1518-jak-nastavit-na-windows-10-rodicovsky-rezim-umoznujici-regulovat-aktivity-ditete-na-pocitaci>
- KOŽÍŠEK, Martin a Václav PÍSECKÝ, 2016. Bezpečně n@ internetu: průvodce chováním ve světě online. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5595-3
- KRÁL, Mojmír, 2015. Bezpečný internet: chraňte sebe i svůj počítač. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5453-6
- KUBALA, Lukáš, 2020. Google pomáhá kontrolovat aktivity dětí pomocí služby Family Link. E-bezpeci.cz [online]. Poslední revize 30. 1. 2020 [cit. 7. 3. 2020]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/rodicum-ucitelum-zakum/1757-google-pomaha-kontrolovat-aktivity-deti-pomoci-sluzby-family-link>
- Kybergrooming, nedatováno. Internetembezpecne.cz [online]. [cit. 26. 2. 2020]. Dostupné z: <https://www.internetembezpecne.cz/internetem-bezpecne/rizika-online-komunikace/kybergrooming/>

- Kyberstalking, nedatováno. Internetembezpecne.cz [online]. [cit. 26. 2. 2020]. Dostupné z: <https://www.internetembezpecne.cz/internetem-bezpecne/rizika-online-komunikace/kyberstalking/>
- LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ, 2006. Vývojová psychologie. Vyd. 2. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1284-0
- LAUSCHMANN, Jindřich, 2011. Závislost na Facebooku jako psychická porucha. Tyinternety.cz [online]. Poslední revize 8. 5. 2011 [cit. 30. 7. 2020]. Dostupné z: <https://tyinternety.cz/socialni-site/zavislost-na-facebooku-jako-psychicka-porucha/>
- LIVINGSTONE, Sonia and Leslie HADDON, 2009. Introduction. In: Livingstone, Sonia and Leslie Haddon (eds.) Kids online: opportunities and risks for children. The Policy Press: Bristol.
- LIVINGSTONE, Sonie, Leslie HADDON, Anke GÖRZI and Kjartan ÓLAFSSON, 2011. Risks and safety on the internet: the perspective of European children: full findings and policy implications from the EU Kids Online survey of 9-16 year olds and their parents in 25 countries. EU Kids Online, Deliverable D4. EU Kids Online Network, London, UK.
- MÁČA, Roman, 2014. Děti a rizika sociálních sítí. Šance dětem [online]. Poslední revize 10. 1. 2020 [cit. 6.3.2020]. Dostupné z: <https://www.sancedetem.cz/srv/www/content/pub/cs/clanky/deti-a-rizika-socialnich-siti-112.html>
- MADDEN, Mary, Amanda LENHART, Sandra CORTESI, Urs GASSER, Maeve DUGGAN, Aaron SMITH and Meredith BEATON, 2013. Teens, Social Media, and Privacy. Pewresearch.org [online]. Poslední revize 21. 5. 2013 [cit. 1. 3. 2020]. Dostupné z: <https://www.pewresearch.org/internet/2013/05/21/teens-social-media-and-privacy/>
- MACHÁČKOVÁ, Hana, 2014. Soukromí a sebe-odkrývání na online sociálních sítích. In: Ševčíková, Anna a kol. Děti a dospívající online: vybraná rizika používání internetu. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5010-1

- MACHOVÁ, Jitka a Dagmar KUBÁTOVÁ, 2015. Výchova ke zdraví. Vyd. 2. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5351-5
- MARTINŮ, Ondřej, 2018. Je čas smazat Facebook, vyzývá zakladatel WhatsAppu. Idnes.cz [online]. Poslední revize 21. 3. 2018 [cit. 29. 7. 2019]. Dostupné z: [https://www.idnes.cz/mobil/tech-trendy/brian-acton-whatsapp-cas-smazat-facebook.A180321\\_140324\\_mob\\_tech\\_oma](https://www.idnes.cz/mobil/tech-trendy/brian-acton-whatsapp-cas-smazat-facebook.A180321_140324_mob_tech_oma)
- Meme, nedatováno. It-slovník.cz [online]. [cit. 12. 3. 2020]. Dostupné z: <https://it-slovník.cz/pojem/meme>
- Messenger, © 2019. Funkce. Messenger.com [online]. [cit. 29.07.2019]. Dostupné z: <https://www.messenger.com/features>
- Mezinárodní statistická klasifikace nemocí a přidružených zdravotních problémů, 2019. Poruchy duševní a poruchy chování (F00-F99). Uzis.cz [online]. Poslední revize 27. 12. 2019 [cit. 13. 2. 2020]. Dostupné z: <https://old.uzis.cz/cz/mkn/index.html>
- MLČOCH, Zbyněk, 2012. Děti a počítač - výhody, nevýhody, jak nastavit omezení na některé weby [online]. Poslední revize 3. 11. 2012 [cit. 06.03.2020]. Dostupné z: <https://www.zbynekmlcoch.cz/texty/pocitace-internet/deti-a-pocitac-vyhody-nevyhody-jak-nastavit-omezeni-na-nektere-weby>
- Nebezpečné pronásledování (stalking), nedatováno. Policie ČR, © 2019. Policie.cz [online]. [cit. 26. 2. 2020]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/pomoc-obetem-tc-nebezpecne-pronasledovani-stalking.aspx>
- Nejnovější čísla pro Facebook a Instagram v ČR, 2018. Feedit.cz [online]. Poslední revize 24. 9. 2018 [cit. 30. 7. 2019]. Dostupné z: <https://feedit.cz/2018/09/24/nejnovejsi-cisla-pro-facebook-a-instagram-v-cr/>
- Není přítel jako přítel, nedatováno. Vsitifilm.cz [online]. [cit. 12. 3. 2020]. Dostupné z: <https://vsitifilm.cz/html/jsem-dite.html#neniPritelJakoPritel>
- Neprodávej se, nedatováno. Vsitifilm.cz [online]. [cit. 12. 3. 2020]. Dostupné z: <https://vsitifilm.cz/html/jsem-dite.html#neprodavejSe>

- NEŠPOR, Karel, 2007. Návykové chování a závislost. Vyd. 3. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-267-6
- Netolismus, nedatováno. Netolismus.cz [online]. [cit. 13. 2. 2020]. Dostupné z: <https://www.netolismus.cz/>
- O nás, nedatováno. Paypal, © 1999–2019. Paypal.com [online]. [cit. 30.07.2019]. Dostupné z: <https://www.paypal.com/cz/webapps/mpp/about>
- Ochrana dítěte v online prostředí, nedatováno. Internetembezpecne.cz [online]. [cit. 28. 2. 2020]. Dostupné z: <https://www.internetembezpecne.cz/internetem-bezpecne/rodice/ochrana-ditete-online-prostredi/>
- Online challenges (rizikové výzvy), nedatováno. Nadace O2, © 2020. O2chytraskola.cz [online]. [cit. 11. 3. 2020]. Dostupné z: <https://www.o2chytraskola.cz/clanek/39/online-challenges-rizikove-vyzvy/>
- Počítačová mravnostní kriminalita, nedatováno. Policie ČR, © 2019. Policie.cz [online]. [cit. 2. 3. 2020]. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/pocitacova-mravnostni-kriminalita.aspx>
- Používání rodičovského dohledu na iPhone, iPadu a iPodu touch vašeho dítěte, nedatováno. Apple, © 2020. Support.apple.com [online]. [cit. 7. 3. 2020]. Dostupné z: <https://support.apple.com/cs-cz/HT201304>
- Pozitivní internetové výzvy, nedatováno. Nadace O2, © 2020. O2chytraskola.cz [online]. [cit. 11. 3. 2020]. Dostupné z: <https://www.o2chytraskola.cz/clanek/39/online-challenges-rizikove-vyzvy/5201>
- Příspěvatelé Wikipedie, 2020a. Facebook. Wikipedie: Otevřená encyklopedie [online]. St. Petersburg (Florida): Wikipedia Foundation, 11. 12. 2006. Poslední revize 21. 3. 2020. [cit. 25. 3. 2020]. Dostupné z: <https://cs.wikipedia.org/wiki/Facebook>
- Příspěvatelé Wikipedie, 2020b. Facebook Messenger. Wikipedie: Otevřená encyklopedie [online]. St. Petersburg (Florida): Wikipedia Foundation, 11.12.2006. Poslední revize 22. 1. 2020. [cit. 30. 1. 2020]. Dostupné z: [https://cs.wikipedia.org/wiki/Facebook\\_Messenger](https://cs.wikipedia.org/wiki/Facebook_Messenger)

- Příspěvatelé Wikipedie, 2020c. Instagram. Wikipedie: Otevřená encyklopedie [online]. St. Petersburg (Florida): Wikipedia Foundation, 11. 12. 2006. Poslední revize 8. 4. 2020. [cit. 10. 4. 2020]. Dostupné z: <https://cs.wikipedia.org/wiki/Instagramhttps://cs.wikipedia.org/wiki/>
- Příspěvatelé Wikipedie, 2020d. Twitter. Wikipedie: Otevřená encyklopedie [online]. St. Petersburg (Florida): Wikipedia Foundation, 11. 1. 2006. Poslední revize 11. 1. 2020. [cit. 30. 1. 2020]. Dostupné z: <https://cs.wikipedia.org/wiki/Twitter>
- PTÁČEK, Michal, 2015. Jak vznikl a následně uspěl Instagram, jehož hodnota se dnes odhaduje na 35 miliard dolarů? Czechcrunch.cz [online]. Poslední revize 14. 7. 2015 [cit. 30. 7. 2019]. Dostupné z: <https://www.czechcrunch.cz/2015/07/jak-vznikl-a-nasledne-uspel-instagram-jehoz-hodnota-se-dnes-odhaduje-na-35-miliard-dolaru/>
- Randit ale neriskovat, nedatováno. Vsitifilm.cz [online]. [cit. 12. 3. 2020]. Dostupné z: <https://vsitifilm.cz/html/jsem-dite.html#randitAleNeriskovat>
- Rizikové internetové výzvy, nedatováno. Nadace O2, © 2020. O2chytraskola.cz [online]. [cit. 11. 3. 2020]. Dostupné z: <https://www.o2chytraskola.cz/clanek/39/online-challenges-rizikove-vyzvy/5200>
- Rodič a rodičovství v digitální éře, 2018. Centrum prevence rizikové virtuální komunikace [výzkumná zpráva online]. Univerzita Palackého v Olomouci. [cit. 29. 2. 2020]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/vyzkumne-zpravy>
- ROSTECKÝ, Jiří, nedatováno. Kdo je to influencer? Mladypodnikatel.cz [online]. [cit. 30. 1. 2020]. Dostupné z: <https://mladypodnikatel.cz/stitek/influencer>
- ŘÍČAN, Pavel a Pavlína JANOŠOVÁ, 2010. Jak na šikanu. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2991-6
- ŘÍČAN, Pavel, 2006. Cesta životem. Vyd. 2. Praha: Portál. ISBN: 978-80-262-0772-6
- Sexting a rizikové seznamování českých dětí v kyberprostoru, 2017. Centrum prevence rizikové virtuální komunikace [výzkumná zpráva online]. Univerzita



Palackého v Olomouci, Pedagogická fakulta. [cit. 29. 2. 2020]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/vyzkumne-zpravy>

- Sexting a rizikové seznamování českých dětí v kyberprostoru, 2017. Centrum prevence rizikové virtuální komunikace [výzkumná zpráva online]. Univerzita Palackého v Olomouci, Pedagogická fakulta. [cit. 29. 2. 2020]. Dostupné z: <https://www.e-bezpeci.cz/index.php/ke-stazeni/vyzkumne-zpravy>
- Sexting, nedatováno. Sexting.cz [online]. [cit. 2. 3. 2020]. Dostupné z: <http://www.sexting.cz/>
- Skandál okolo Facebooku a Cambridge Analytica nekončí. Vyšetřovatelé získali citlivou komunikaci, 2018. Novinky.cz [online]. Poslední revize 26. 11. 2018 [cit. 20. 3. 2019]. Dostupné z: <https://www.novinky.cz/internet-a-pc/clanek/skandal-okolo-facebooku-a-cambridge-analytica-nekonci-vysetrovatele-ziskali-citlivou-komunikaci-40258387>
- Slovník pojmů, nedatováno. Survio, © 2012 - 2020. Survio.com [online]. [cit. 4. 4. 2020]. Dostupné z: <https://www.survio.com/cs/slovník-pojmu>
- Snapchat, nedatováno. Zive.cz [online]. [cit. 1. 3. 2020]. Dostupné z: <https://www.zive.cz/snapchat/sc-655/default.aspx>
- Snapchat: Jak funguje a v čem se liší od jiných sociálních sítí? 2016. Dostupnyinternet.cz [online]. Poslední revize 18. 7. 2016 [cit. 30. 1. 2020] Dostupné z: <https://www.dostupnyinternet.cz/blog/snapchat-jak-to-funguje/>
- Sociální síť. Česko-Slovenská filmová databáze, © 2001-2019. Csfed.cz [online]. [cit. 30. 7. 2019]. Dostupné z: <https://www.csfed.cz/film/262711-socialni-sit/prehled/>
- SVOBODA, Tomáš, 2012. Facebook koupil Instagram. Apliště.cz [online]. [cit. 30.07.2019]. Dostupné z: <https://www.apliste.cz/facebook-koupil-instagram/>
- ŠEVČÍKOVÁ, Anna, 2014. Úvod. In: Ševčíková, Anna a kol. Děti a dospívající online: vybraná rizika používání internetu. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5010-1
- ŠMAHEL, David, 2014. Děti na internetu. In: Ševčíková, Anna a kol. Děti a dospívající online: vybraná rizika používání internetu. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5010-1

- TINL, Karel, 2011. Miliardový soudní spor o vytvoření Facebooku končí. Zuckerberg vyhrál. Byznys.ihned.cz [online]. Poslední revize 12. 4. 2011 [cit. 30. 7. 2019]. Dostupné z: <https://byznys.ihned.cz/c1-51537670-miliardovy-soudni-spor-o-vytvoreni-facebooku-konci-zuckerberg-vyhral>
- V síti, nedatováno. Česká televize, © 1996 - 2020. Ceskatelevize.cz [online]. [cit. 11. 3. 2020]. Dostupné z: <https://www.ceskatelevize.cz/porady/12360773574-v-siti/21856227079/>
- VACULÍK, Přemysl, 2018. Instagram spustil novinku „blízcí přátelé“. Dotekomanie.cz [online]. [cit. 30. 7. 2019]. Dostupné z: <https://dotekomanie.cz/2018/12/instagram-spustil-novinku-blizci-pratele/>
- VÁGNEROVÁ, Marie, 2012. Vývojová psychologie: dětství a dospívání. Vyd. 2. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-2153-1
- VOCŮ, Ondřej, 2011. Když se řekne YouTube.... Ikaros.cz [online]. 15, číslo 4. [cit. 13. 2. 2020]. ISSN 1212-5075. Dostupné z: <http://ikaros.cz/node/13623>
- VOKOUN, Michal, 2019. Tik Tok: opravdová zábava, strašák pro rodiče nebo zlatý důl pro marketéry? In: Markething.cz [online]. ISSN 1805 – 4991. Dostupné z: <http://markething.cz/tiktok>
- Vypíchněte na Instagramu ty nejlepší příběhy, na které se všichni budou dívat, 2019. Podnikatel.cz [online]. Poslední revize 9. 4. 2019 [cit. 30. 7. 2019]. Dostupné z: <https://www.podnikatel.cz/clanky/vypichnete-na-instagramu-ty-nejlepsi-pribehy-na-ktere-se-vsichni-budou-divat/>
- Výroční zpráva za školní rok 2016-2017, 2017. Gym-rce.cz [výroční zpráva online]. Gymnázium, Roudnice nad Labem, Havlíčkova 175, příspěvková organizace. Poslední revize 12. 10. 2017 [cit. 24. 4. 2020]. Dostupné z: <http://www.gym-rce.cz/cms/get/file.php?id=3454>
- Výroční zpráva za školní rok 2017-2018, 2018. Gym-rce.cz [výroční zpráva online]. Gymnázium, Roudnice nad Labem, Havlíčkova 175, příspěvková organizace. Poslední revize 10. 10. 2018 [cit. 24. 4. 2020]. Dostupné z: <http://www.gym-rce.cz/cms/get/file.php?id=3454>
- Výroční zpráva za školní rok 2018-2019, 2019. Gym-rce.cz [výroční zpráva online]. Gymnázium, Roudnice nad Labem, Havlíčkova 175, příspěvková

organizace. Poslední revize 14. 10. 2019 [cit. 24. 4. 2020]. Dostupné z: <http://www.gym-rce.cz/cms/get/file.php?id=3454>

- Výzkumu rizikového chování českých dětí v prostředí internetu, 2013. Bezpecnyinternet.cz [online]. Univerzita Palackého v Olomouci, Pedagogická fakulta, Seznam.cz, Bezpečný internet.cz. [cit. 20. 4. 2020]. Dostupné z: [http://www.bezpecnyinternet.cz/ke-stazeni/bezpecny\\_internet\\_prezentace.pdf](http://www.bezpecnyinternet.cz/ke-stazeni/bezpecny_internet_prezentace.pdf)
- Zabezpeč si komp i mobil, nedatováno. Vsitifilm.cz [online]. [cit. 12. 3. 2020]. Dostupné z: <https://vsitifilm.cz/html/jsem-dite.html#zabezpecSiKompIMobil>
- Znamky závislosti na Facebooku, nedatováno. Gotravels.cz [online]. [cit. 30. 7. 2020]. Dostupné z: <https://cz.go-travels.com/25629-excessive-time-on-facebook-2654369-2302408#menu-1>
- ŽUFNÍČEK, Jan, 2015. Netolismus. MSMT.cz [online]. [cit. 26. 2. 2020]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicke-dokumenty-doporuceni-a-pokyny>

## **Seznam příloh**

Příloha 1: Odpovědi žáků na otázku č. 36 – „Pokud by tě cizí člověk z internetu pozval na osobní schůzku, šel/šla bys na ni?“ v dotazníku.

Příloha 2: Dotazník, který byl použit k výzkumnému šetření.

Příloha 3: Ukázka vyplněného dotazníku.

## **Seznam obrázků, tabulek a grafů**

Obrázek 1: Které sociální sítě využíváte? (HEGEDŮŠ, 2018)

Tabulka 1: Základní informace o respondentech (zdroj vlastní)

Tabulka 2: Shrnutí otázek 27 až 33 (zdroj vlastní)

Tabulka 3: Shrnutí otázek 39 až 41 (zdroj vlastní)

Tabulka 4: Shrnutí vybraných aspektů chování žáků nižšího gymnázia v Roudnici nad Labem ve spojitosti s informačními a komunikačními technologiemi (zdroj vlastní)

Tabulka 5: Profil na Instagramu (zdroj vlastní)

Graf 1: Jaká zařízení používáš? (zdroj vlastní)

Graf 2: K čemu tato zařízení nejčastěji používáš? (zdroj vlastní)

Graf 3: Jaké používáš sociální sítě? (zdroj vlastní)

Graf 4: Jak často používáš sociální sítě? (zdroj vlastní)

Graf 5: Kolik času průměrně strávíš na internetu každý den? (zdroj vlastní)

Graf 6: Pokud máš Facebook, kdo může vidět tvé příspěvky? (zdroj vlastní)

Graf 7: Pokud máš Instagram, je tvůj profil: (zdroj vlastní)

Graf 8: Jaké informace o sobě máš uvedené na svých profilech na sociálních sítích? (zdroj vlastní)

Graf 9: Pokud máš instagram, používáš ho nejvíce k: (zdroj vlastní)

- Graf 10: Koupil/a sis někdy něco na doporučení někoho známého nebo tebou oblíbeného člověka ze sociálních sítí? (zdroj vlastní)
- Graf 11: Proč rád sleduješ zrovna tyto influencery nebo tvoje oblíbené osoby na sociálních sítích? (zdroj vlastní)
- Graf 12: Cítíš se někdy ve stresu nebo pod tlakem ze všeho, co vidíš na sociálních sítích? (zdroj vlastní)
- Graf 13: Máš od rodičů nějaký průměrný časový limit na sociální sítě, internet, mobilní telefon nebo počítač? (zdroj vlastní)
- Graf 14: Kontrolují rodiče tvoje sociální sítě? (zdroj vlastní)
- Graf 15: Považuješ sociální sítě za bezpečné? (zdroj vlastní)
- Graf 16: Bavit/a jsi se někdy na internetu s lidmi, které jsi nikdy neviděl/a osobně? (zdroj vlastní)
- Graf 17: Pokud by tě cizí člověk z internetu pozval na osobní schůzku, šel/šla bys na ni? (zdroj vlastní)
- Graf 18: Komu bys o schůzce s někým cizím z internetu řekl/a? (zdroj vlastní)
- Graf 19: Poslal/a jsi někdy někomu přes internet svou odhalenou nebo nahou fotografii? (zdroj vlastní)
- Graf 20: Časový limit na internet, mobilní telefon, počítač atd. od rodičů (zdroj vlastní)
- Graf 21: Profil na Instagramu (zdroj vlastní)
- Graf 22: Komunikace s cizí osobou přes internet (zdroj vlastní)
- Graf 23: Zakoupení předmětu po doporučení někoho známého na sociálních sítích (zdroj vlastní)
- Graf 24: Vyjadřování pocitů přes internet (zdroj vlastní)

**Příloha 1: Odpovědi žáků na otázku č. 26 – „Pokud sociální sítě nepovažuješ za bezpečné, tak jaká vnímáš rizika internetu a sociálních sítí?”**

Rizika z otázky 34.	Sexuální predátoři, nevhodný obsah.
Vydírání, obtěžování.	Film "V síti"
Vydírání, obtěžování.	Dokument "V síti"
Rizika z otázky 34.	Někdy může člověk ovlivňovat lidi na špatnou stranu.
Vydírání.	Lidé se mohou vydávat za něco, čím nejsou (člověk si nemůže být ničím jistý).
Ovlivňují lidi, mohou se cítit pod tlakem nebo někdo může někoho vydírat.	Divní lidé.
Viry, psychopati.	Úchylové.
Zneužívání.	Prostě GDPR
Můžou se na nich objevit lidi, který často vydírají nebo to jsou pedofilové.	Viry, podvody, převtělování.
Můžou tě kdykoliv k čemukoliv nabádat, otravovat, dokonce i šikanovat.	Spoustu lidí se vydává za někoho jiného.
Můžou zjistit, kde bydlím.	Například únik osobních informací, kyberšikana, výskyt pedofilie...
Že tam všichni nepíší pravdu, proto se jim nedá věřit.	Může se mi někdo nabourat do profilu nebo zavírovat atd.
Soukromí.	Záleží, jak se chováš.
Pedofilové, viry, hackeři.	Mohou tě pro něco využít, ovlivňovat tě atd.
Kyberšikana, sexuální zneužívání, reklamy, urážky.	Na internetu si nás může někdo najít a využít informace proti nám.

Šikana, sexuální zneužívání nezletilých, závislost na internetu, vydírání.	Někdo mě může sledovat, zjistit, kde jsem.
Zneužívání.	Ne pro mladší.
Vidím tam to, co vidět nemám, nepotřebuji.	Děti se nechají často ovlivnit a zneužít.
Zneužívání, vydírání.	Hacknutý účet.
Ovlivňování lidí.	Lidé o tobě mohou zjistit víc, než chceš.
Spam, manipulace s lidmi.	Možnost kyberšikany, sexuální zneužívání.
Může mě někdo vykrást, může mě někdo hacknout.	Fake news, nemyslné a matoucí fakty.
Lidé se ti mohou dostat do soukromí.	Pokud je uživatel psychicky slabší, může někomu naletět.
Když se budu chovat bezpečně, tak v nich nevidím důvod ke strachu.	Kyberšikana, stalkování.
Manipulace, nebezpečný odkaz, falešné profily, ..	Možnost stalkingu.
Že mě někdo může sledovat, Facebook může zneužívat informace atd.	Jednoduše si vás může někdo najít. Mladší děti mohou naivně někomu poslat fotky sebe.
Vydírání, vykradení, přepadnutí, kyberšikana.	Dají se snadno ovlivnit lidé.
Můžou tě vystopovat.	Podvody, možnost "hacknutí", pedofilie, pokus o únos z důvodu práce mých rodičů.
Riziko stolkování, obtěžování.	
Ovlivnění lidí, falešné identity, soukromí informací, možnost smutku z info vystavěných na sociálních sítích.	Jak které, ale já tam nedávám žádné věci, které by nějak "ohrožovaly" mojí kariéru.
Velké riziko - lidi, kterým je př. 46 let	Nepravdivé informace, špatní lidé, nevědomě o

se vydávají za někoho, komu je třeba 15.	sobě můžeme přidávat osobní informace, které lze zneužít.
Mohou tam být úchylové, může se mi kdokoliv posmívat, aniž bych zjistila, kdo to je opravdu.	Není bezpečný pro děti mladší 15 let, protože se dají lehce ovlivnit reklamami i špatnými lidmi.



## **Příloha 2: Dotazník, který byl použit k výzkumnému šetření.**

Ahoj všichni,

jmenuji se Kateřina Menclová a studuji na Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy v Praze. Dotazník tvoří 41 otázek a slouží k tomu, abych zjistila, jak na tom jste s internetem a sociálními sítěmi.

Prosím, dotazník vyplňujte pravdivě, je zcela anonymní. Nemusíte se bát, že cokoliv v dotazníku napíšete nebo označíte, by se někdo dozvěděl. Nedozeví.

Moc Vám všem děkuji za spolupráci.

1) Pohlaví:

- a) dívka
- b) chlapec

2) Napiš, kolik ti je.

.....

3) Do kolikáté třídy chodíš?

- a) 6. třída / prima
- b) 7. třída / sekunda
- c) 8. třída / tercie
- d) 9. třída / kvarta

4) Na jakou školu chodíš?

- a) základní škola
- b) gymnázium

5) Používáš internet?

- a) ano
- b) ne

6) Zakroužkuj, jaká zařízení používáš. (Možno zakroužkovat více odpovědí)

- a) mobilní telefon
- b) tablet
- c) stolní počítač
- d) notebook
- e) chytré hodinky
- f) PlayStation / Xbox
- g) žádné z uvedených

7) K čemu tato zařízení nejčastěji používáš?

- a) hraní her
- b) komunikace
- c) sledování filmů a videí

- d) školní účely
- e) nahrávání vlastní tvorby na sociální síť
- f) internet, zábava, webové stránky
- g) žádné zařízení nepoužívám
- h) jiné - uveď příklad:

.....

8) Pokud vlastníš mobilní telefon, máš v něm zaplacená mobilní data?

- a) ano
- b) ne

9) Jaké používáš sociální síť? (Možno zakroužkovat více odpovědí)

- a) Facebook
- b) Instagram
- c) Twitter
- d) WhatsApp
- e) Snapchat
- f) TikTok
- g) Nepoužívám žádné síť
- h) jiné - uveď příklad:

.....

10) Jak často používáš sociální síť?

- a) každý den
- b) několikrát týdně
- c) několikrát měsíčně
- d) sociální síť mám založené, ale nepoužívám je
- e) sociální síť nepoužívám vůbec

11) Kolik času průměrně strávíš na internetu každý den?

- a) méně než 1 hodinu
- b) 1 až 2 hodiny
- c) 2 až 3 hodiny
- d) 3 až 4 hodiny
- e) 4 až 5 hodin
- f) 5 hodin a více
- g) internet nepoužívám vůbec

12) Pokud máš Facebook, kdo může vidět tvé příspěvky?

- a) jen ty
- b) přátelé
- c) přátelé přátel

- d) všichni
- e) nemám Facebook

13) Pokud máš Instagram, je tvůj profil:

- a) veřejný
- b) soukromý
- c) nemám Instagram

14) Jaké informace o sobě máš uvedené na svých profilech na sociálních sítích?

(Možno zakroužkovat více odpovědí)

- a) jméno
- b) příjmení
- c) fotografii obličeje
- d) fotografii postavy
- e) fotografii tvého bydlení zvenku
- f) fotografii tvého bydlení zevnitř
- g) datum narození
- h) rodné číslo
- i) adresu, kde bydlíš
- j) školu, kam chodíš
- k) e-mail
- l) telefonní číslo
- m) účast na různých událostech
- n) nemám žádnou sociální síť

15) Uvádíš o sobě na svých profilech na sociálních sítích vždy pravdu?

- a) ano
- b) ne
- c) nemám žádný profil na sociálních sítích

16) Pokud máš Instagram, používáš ho nejvíce k:

- a) nahrávání fotografií na profil - „do feedu“
- b) nahrávání fotografií na stories
- c) sledování kamarádů
- d) sledování slavných osobností jako jsou zpěváci, herci, youtubeři, sportovci atp.
- e) nemám Instagram
- f) jiné - uveď příklad:

.....

17) Co to je influencer?

- a) Každý, kdo má Instagram.

- b) Člověk, který ovlivňuje významné množství lidí. V praxi jsou jimi v marketingu nejčastěji označováni youtubeři, instagrameři a další, kteří jsou populární ve svých oborech a sleduje je tak významný počet lidí.
- c) Člověk, který dělá reklamy za peníze na produkty, které nepoužívá.
- d) Každý, kdo má Youtube.
- e) Někdo, kdo ovlivňuje lidi přes Youtube.

18) Pokud populární nebo tvoje oblíbená osoba na sociálních sítích něco doporučí, věříš jí?

- a) ano, rád si koupím věc na jeho doporučení, i když je osobně nepotřebuji
- b) ano, pokud něco potřebuji a nemohu se rozhodnout pro značku, dám na radu populární osoby na sociálních sítích
- c) ne, populárním lidem na sociálních sítích nevěřím, protože jde pouze o zaplacenou reklamu
- d) ne, populárním lidem na sociálních sítích nevěřím, protože už mi několikrát věc na jejich doporučení nevyhovovala
- e) jiné - uveď příklad:

.....

19) Koupil/a sis někdy něco na doporučení někoho známého nebo tebou oblíbeného člověka ze sociálních sítí?

- a) ne
- b) ano

20) Proč rád sleduješ zrovna tyto influencery nebo tvoje oblíbené osoby na sociálních sítích? (Možno zakroužkovat více odpovědí)

- a) dávají dobré rady, jaké produkty si koupit
- b) herní tipy (doporučení her, návody, jak hrát)
- c) make up a kosmetické tutoriály a rady
- d) líbí se mi, jak vypadá
- e) chci být jako on/ona
- f) chci umět to, co umí on/ona
- g) ani nevím, proč je sleduji
- h) nesleduji
- i) jiné - uveď příklad:

.....

.....

21) Myslíš si, že život populárních lidí / influencerů je opravdu takový jako na sociálních sítích?

- a) ano
- b) ne

- 22) Cítíš se někdy ve stresu nebo pod tlakem ze všeho, co vidíš na sociálních sítích?
- a) ano
  - b) ne
- 23) Máš od rodičů nějaký průměrný časový limit na sociální sítě, internet, mobilní telefon nebo počítač?
- a) ano, méně než 1 hodinu denně
  - b) ano, 1 hodinu denně
  - c) ano, 2 hodiny denně
  - d) ano, 3 hodiny denně
  - e) ano, 4 hodiny denně
  - f) ano, více než 4 hodiny denně
  - g) ne, nemám žádný limit
- 24) Kontrolují rodiče tvoje sociální sítě?
- a) ano
  - b) ne
  - c) nemám žádný účet na sociálních sítích
- 25) Považuješ sociální sítě za bezpečné?
- a) ano (pokračuj na otázku 27)
  - b) ne
- 26) Pokud sociální sítě nepovažuješ za bezpečné, tak jaká vnímáš rizika internetu a sociálních sítí?
- .....
- .....
- 27) Myslíš často na to, co budeš dělat na internetu, když na něm zrovna nejsi připojený?
- a) ano
  - b) ne
- 28) Zvládáš kontrolovat nebo omezit svůj strávený čas na internetu?
- a) ano
  - b) ne
- 29) Používáš nějakou aplikaci nebo program, který ti měří čas strávený na internetu nebo u obrazovky?
- a) ano
  - b) ne

- 30) Cítíš naštvanost nebo podrážděnost, když máš vypnout internet?
- a) ano
  - b) ne
- 31) Stává se ti, že na internetu strávíš více času, než jsi původně plánoval/a?
- a) ano
  - b) ne
- 32) Stává se ti, že dáváš přednost internetu před svými koníčky, domácími úkoly nebo jinými povinnostmi?
- a) ano
  - b) ne
- 33) Pokud máš někdy špatnou náladu, pomůže ti pobyt na internetu pro zlepšení nálady?
- a) ano
  - b) ne
- 34) Zakroužkuj, pokud si se něčím z uvedených možností setkal/a na internetu.  
(Možno zakroužkovat více odpovědí)
- a) Někdo tě ponižoval nebo urážel veřejně
  - b) Někdo tě ponižoval nebo urážel v soukromé konverzaci
  - c) Někdo ti vyhrožoval nebo tě vydíral
  - d) Někdo šířil tvé fotografie nebo videa, i když jsi s tím nesouhlasil/a
  - e) Někdo tě obtěžoval přes sociální síť (psaní zpráv, komentování tvých příspěvků atd.) i přestože jsi dal/a najevo, že si kontakt s dotyčným nepřeješ
  - f) Někdo zneužil tvé fotografie a vydával se za tebe
  - g) Ani s jednou z navrhovaných možností jsem se nesetkal/a
- 35) Bavl/a jsi se někdy na internetu s lidmi, které jsi nikdy neviděl/a osobně?
- a) ano
  - b) ne
- 36) Pokud by tě cizí člověk z internetu pozval na osobní schůzku, šel/šla bys na ni?
- a) ano
  - b) ne (pokračuj na 38)
- 37) Řekl/a bys někomu o takové schůzce? Pokud ano, tak komu bys o takové schůzce řekl/a?
- a) rodičům
  - b) někomu z učitelů
  - c) jiným dospělým (trenérovi, vedoucí kroužku, ostatní příslušníci rodiny atd.)
  - d) kamarádům, kteří jsou stejně staří jako ty
  - e) sourozenci
  - f) nikomu bych o schůzce neřekl/a

- 38) Poslal/a jsi někdy někomu přes internet svou odhalenou nebo nahou fotografii?
- a) ne, ani jsem o takovou fotografii nebyla požádán/a
  - b) ne, ale byl/a jsem požádán/a o její zaslání
  - c) ano, někdy jsem takovou svou fotografii někomu poslal/a
  - d) ano, své odhalené nebo nahé fotografie rozesílám často
- 39) Jsi při komunikaci na internetu hovornější a otevřenější než osobně?
- a) ano
  - b) ne
- 40) Řešíš své osobní problémy raději přes internet než osobně?
- a) ano
  - b) ne
- 41) Je pro tebe snazší vyjádřit své pocity přes internet?
- a) ano
  - b) ne

### Příloha 3: Ukázka vyplněného dotazníku.

Ahoj všichni,  
jmenuji se Kateřina Menclová a studuji na Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy v Praze. Dotazník tvoří 44 otázek a slouží k tomu, abych zjistila, jak na tom jste s internetem a sociálními sítěmi.  
Prosím, dotazník vyplňujte pravdivě, je zcela anonymní. Nemusíte se bát, že cokoliv v dotazníku napíšete nebo označíte, by se někdo dozvěděl. Nedožví.  
Moc Vám všem děkuji za spolupráci.

- 1) Pohlaví:  
a) dívka  
☒ b) chlapec
- 2) Napiš, kolik ti je.  
.....11.....
- 3) Do kolikáté třídy chodíš?  
☒ a) 6. třída / prima  
b) 7. třída / sekunda  
c) 8. třída / tercie  
d) 9. třída / kvarta
- 4) Na jakou školu chodíš?  
a) základní škola  
☒ b) gymnázium
- 5) Používáš internet?  
☒ a) ano  
b) ne
- 6) Zakroužkuj, jaká zařízení používáš. (Možno zakroužkovat více odpovědí)  
☒ a) mobilní telefon  
b) tablet  
c) stolní počítač  
d) notebook  
e) chytré hodinky  
☒ f) PlayStation / Xbox  
g) žádné z uvedených
- 7) K čemu tato zařízení nejčastěji používáš?  
☒ a) hraní her  
b) komunikace  
c) sledování filmů a videí  
d) školní účely  
e) nahrávání vlastní tvorby na sociální sítě



- f) internet, zábava, webové stránky
  - g) žádné zařízení nepoužívám
  - h) jiné - uveď příklad:
- .....

8) Pokud vlastníš mobilní telefon, máš v něm zaplacená mobilní data?

- a) ano
- ☒ b) ne

9) Jaké používáš sociální sítě? (Možno zakroužkovat více odpovědí)

- a) Facebook
  - ☒ b) Instagram
  - c) Twitter
  - ☒ d) Whatsapp
  - ☒ e) Snapchat
  - f) TikTok
  - g) Nepoužívám žádné sítě
  - h) jiné - uveď příklad:
- .....

10) Jak často používáš sociální sítě?

- ☒ a) každý den
- b) několikrát týdně
- c) několikrát měsíčně
- d) sociální sítě mám založené, ale nepoužívám je
- e) sociální sítě nepoužívám vůbec

11) Kolik času průměrně strávíš na internetu každý den?

- a) méně než 1 hodinu
- ☒ b) 1 až 2 hodiny
- c) 2 až 3 hodiny
- d) 3 až 4 hodiny
- e) 4 až 5 hodin
- f) 5 hodin a více
- g) internet nepoužívám vůbec

12) Pokud máš Facebook, kdo může vidět tvé příspěvky?

- a) jen ty
- b) přátelé
- c) přátelé přátel
- d) všichni
- ☒ e) nemám Facebook

13) Pokud máš Instagram, je tvůj profil:

- a) veřejný
- ☒ b) soukromý

c) nemám Instagram

14) Jaké informace o sobě máš uvedené na svých profilech na sociálních sítích?  
(Možno zakroužkovat více odpovědí)

- ☒ a) jméno
- ☒ b) příjmení
- ☒ c) fotografii obličeje
- d) fotografii postavy
- e) fotografii tvého bydlení zvenku
- f) fotografii tvého bydlení zevniř
- g) datum narození
- h) rodné číslo
- i) adresu, kde bydlíš
- j) škola, kam chodíš
- k) e-mail
- l) telefonní číslo
- m) účast na různých událostech
- n) nemám žádnou sociální síť

15) Uvádíš o sobě na svých profilech na sociálních sítích vždy pravdu?

- ☒ a) ano
- b) ne
- c) nemám žádný profil na sociálních sítích

16) Pokud máš Instagram, používáš ho nejvíce k:

- a) nahrávání fotografií na profil - „do feedu“
- b) nahrávání fotografií na stories
- ☒ c) sledování kamarádů
- d) sledování slavných osobností jako jsou zpěváci, herci, youtuberi, sportovci atp.
- e) nemám Instagram
- f) jiné - uveď příklad:

.....

17) Co to je influencer?

- a) Každý, kdo má Instagram.
- ☒ b) Člověk, který ovlivňuje významné množství lidí. V praxi jsou jimi v marketingu nejčastěji označováni youtuberi, instagrameři a další, kteří jsou populární ve svých oborech a sleduje je tak významný počet lidí.
- c) Člověk, který dělá reklamy za peníze na produkty, které nepoužívá.
- d) Každý, kdo má Youtube.
- e) Někdo, kdo ovlivňuje lidi přes Youtube.

18) Pokud populární nebo tvoje oblíbená osoba na sociálních sítích něco doporučí, věříš jí?

- a) ano, rád si koupím věc na jeho doporučení, i když je osobně nepotřebuji



- ☒ b) ano, pokud něco potřebuji a nemohu se rozhodnout pro značku, dám na radu populární osoby na sociálních sítích
- c) ne, populárním lidem na sociálních sítích nevěřím, protože jde pouze o zaplacenou reklamu
- d) ne, populárním lidem na sociálních sítích nevěřím, protože už mi několikrát věc na jejich doporučení nevyhovovala
- e) jiné - uveď příklad:

19) Koupil/a sis někdy něco na doporučení někoho známého nebo tebou oblíbeného člověka ze sociálních sítí?

- ☒ a) ne
- b) ano

20) Proč rád sleduješ zrovna tyto influencery nebo tvoje oblíbené osoby na sociálních sítích? (Možno zakroužkovat více odpovědí)

- a) dávají dobré rady, jaké produkty si koupit
- b) herní typy (doporučení her, návody, jak hrát)
- c) make up a kosmetické tutoriály a rady
- d) líbí se mi, jak vypadá
- ☒ e) chci být jako on/ona
- ☒ f) chci umět to, co umí on/ona
- g) ani nevím, proč je sleduji
- h) nesleduji
- i) jiné - uveď příklad:

21) Myslíš si, že život populárních lidí / influencerů je opravdu takový jako na sociálních sítích?

- a) ano
- ☒ b) ne

22) Cítíš se někdy ve stresu nebo pod tlakem ze všeho, co vidíš na sociálních sítích?

- ☒ a) ano
- b) ne

23) Máš od rodičů nějaký průměrný časový limit na sociální sítě, internet, mobilní telefon nebo počítač?

- a) ano, méně než 1 hodinu denně
- b) ano, 1 hodinu denně
- ☒ c) ano, 2 hodiny denně
- d) ano, 3 hodiny denně
- e) ano, 4 hodiny denně

- f) ano, více než 4 hodiny denně
- g) ne, nemám žádný limit

24) Kontrolují rodiče tvoje sociální sítě?

- a) ano
- ☒ b) ne
- c) nemám žádný účet na sociálních sítích

25) Považuješ sociální sítě za bezpečné?

- a) ano (pokračuj na otázku 27)
- ☒ b) ne

26) Pokud sociální sítě nepovažuješ za bezpečné, tak jaká vnímáš rizika internetu a sociálních sítí?

vydírání

27) Myslíš často na to, co budeš dělat na internetu, když na něm zrovna nejsi připojený?

- ☒ a) ano
- b) ne

28) Zvládáš kontrolovat nebo omezit svůj strávený čas na internetu?

- ☒ a) ano
- b) ne

29) Používáš nějakou aplikaci nebo program, který ti měří čas strávený na internetu nebo u obrazovky?

- a) ano
- ☒ b) ne

30) Cítíš naštvanost nebo podrážděnost, když máš vypnout internet?

- a) ano
- ☒ b) ne

31) Stává se ti, že na internetu strávíš více času, než jsi původně plánoval/a?

- ☒ a) ano
- b) ne

32) Stává se ti, že dáváš přednost internetu před svými koníčky, domácími úkoly nebo jinými povinnostmi?

- a) ano
- ☒ b) ne



- 33) Pokud máš někdy špatnou náladu, pomůže ti pobyt na internetu pro zlepšení nálady?
- ☒ a) ano
  - ☐ b) ne
- 34) Zakroužkuj, pokud si se něčím z uvedených možností setkal/a na internetu. (Možno zakroužkovat více odpovědí)
- a) Někdo tě ponižoval nebo urážel veřejně
  - b) Někdo tě ponižoval nebo urážel v soukromé konverzaci
  - c) Někdo ti vyhrožoval nebo tě vydíral
  - d) Někdo šířil tvé fotografie nebo videa, i když jsi s tím nesouhlasil/a
  - e) Někdo tě obtěžoval přes sociální síť (psaní zpráv, komentování tvých příspěvků atd.) i přestože jsi dal/a najevo, že si kontakt s dotyčným nepřeješ
  - f) Někdo zneužil tvé fotografie a vydával se za tebe
  - ☒ g) Ani s jednou z navrhovaných možností jsem se nesetkal/a
- 35) Bavil/a jsi se někdy na internetu s lidmi, které jsi nikdy neviděla osobně?
- a) ano
  - ☒ b) ne
- 36) Pokud by tě cizí člověk z internetu pozval na osobní schůzku, šel/šla bys na ni?
- a) ano
  - ☒ b) ne (pokračuj na 38)
- 37) Řekl/a bys někomu o takové schůzce? Pokud ano, tak komu bys o takové schůzce řekl/a?
- a) rodičům
  - b) někomu z učitelů
  - c) jiným dospělým (trenérovi, vedoucí kroužku, ostatní příslušníci rodiny atd.)
  - d) kamarádům, kteří jsou stejně staří jako ty
  - e) sourozenci
  - f) nikomu bych o schůzce neřekl/a
- 38) Poslal/a jsi někdy někomu přes internet svou odhalenou nebo nahou fotografii?
- ☒ a) ne, ani jsem o takovou fotografii nebyla požádán/a
  - b) ne, ale byl/a jsem požádán/a o její zaslání
  - c) ano, někdy jsem takovou svou fotografii někomu poslal/a
  - d) ano, své odhalené nebo nahé fotografie rozesílám často
- 39) Jsi při komunikaci na internetu hovornější a otevřenější než osobně?
- a) ano
  - ☒ b) ne

40) Řešíš své osobní problémy raději přes internet než osobně?

- a) ano
- ☒ b) ne

41) Je pro tebe snazší vyjádřit své pocity přes internet?

- ☒ a) ano
- b) ne